д-р Илиян Стратев

ФИЛОСОФИЯ НА ЗДРАВЕТО

По Учителя Дънов

София '94

д-р Илиян Стратев

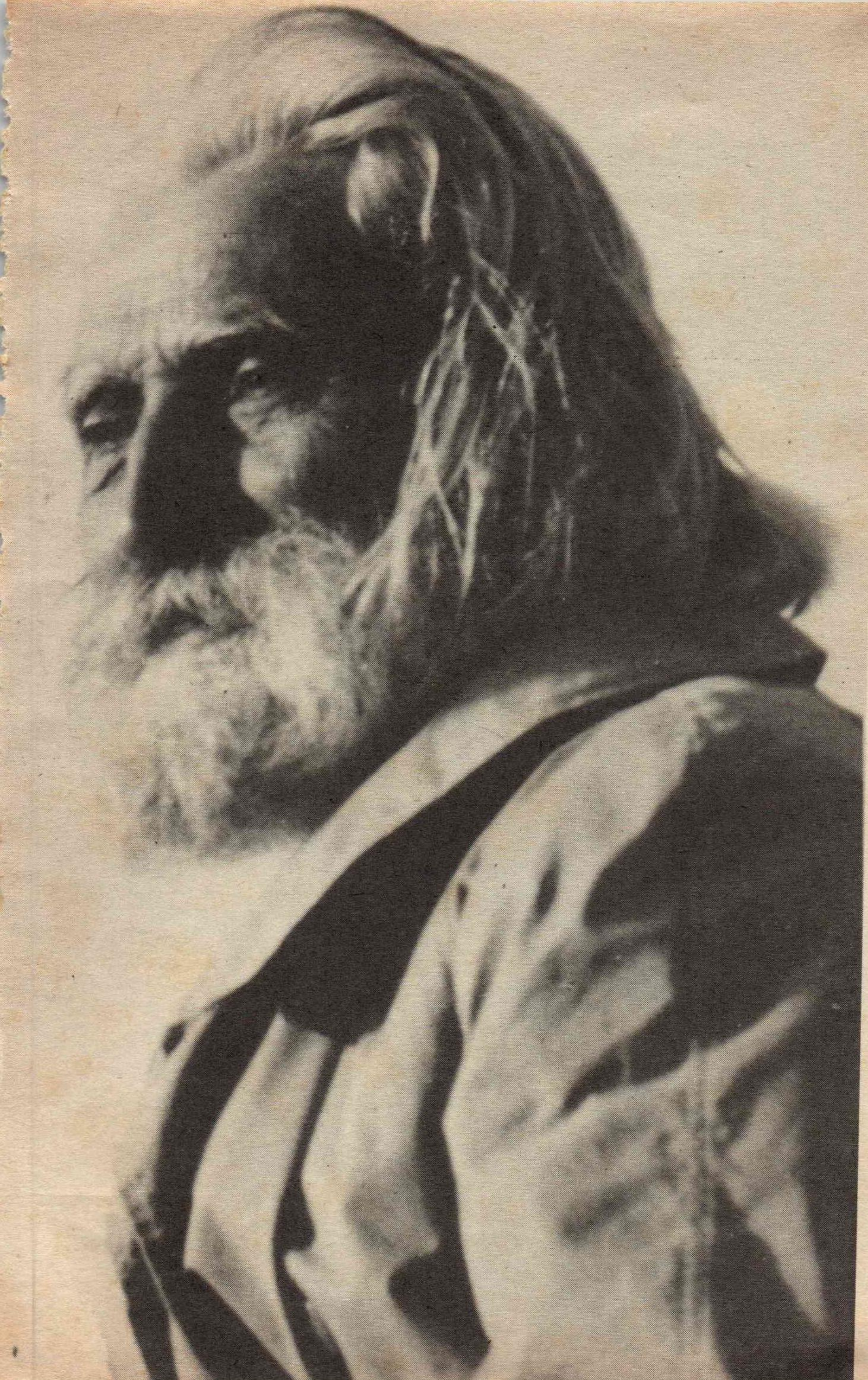
ФИЛОСОФИЯ НА ЗДРАВЕТО

„Човек може да бъде здрав, но здравето е във връзка с тялото. Как можеш да бъдеш здрав, когато не знаеш законите, по които тялото е създадено?“ [120]

„Да намериш смисъла на живота, тази е една от великите задачи на окултния ученик. За да постигне това, той трябва да започне от най-малката задача — работа върху своето тяло. За това се изискват упражнения, усилия, труд.“ [129]

„Аз не познавам по-велико изкуство от изкуството да знаеш как да живееш.“ [55]

Учителя



д-р Илиян Стратев

ФИЛОСОФИЯ НА ЗДРАВЕТО

По Учителя Дънов

ИЗДАТЕЛСТВО "БЯЛО БРАТСТВО"
София '94

Всички права по преиздаването и препечатването запазени.

© Илиян Н. Стратев
ISSN 954-8091-21-6

УВОД

След като човек е тук на земята, във физическия свят, той не може без тялото си. Тялото му е най-важният орган, инструмент, с който човешката душа разполага. То дава възможност на човека да влиза във връзка с разумните сили на природата, да ги опознава и оползотворява, което от своя страна му позволява да расте интелектуално, посредством знание и опит, нужни тъй много по пътя към съвършенството. Едно здраво и хармонично развито тяло може да осигури и осъществи тези изисквания, а едно хилаво, болнаво или недоразвито тяло е спънка към всеки духовен растеж.

Не става въпрос да се създава култ към тялото, а преди всичко да се изгражда стремеж към поддържане хармонията на тялото, за да бъде то подвластно на разумната ни мисъл и воля. Тялото трябва да бъде добре овладян инструмент на човешката душа, тъй като тя се изявява във физическия свят чрез него. То трябва да бъде и антена на резонансите, които идват отгоре.

Но за да оценим дадена вещ, даден предмет, ние трябва да знаем неговия замисъл, същност, предназначение, устройство, материя, от която е изградено, неговата функция, качества и т.н. Само тогава можем да го оценим по достойнство и да положим грижи да го опазим. Това най-вече важи за нашето тяло.

За да пазим и разумно да стопанисваме своето тяло, ние трябва да го познаваме. Защото то е плод на миналия ни живот и е огледало на нашите мисли, постъпки, желания и слабости. Проучвайки го, ние можем да узнаем в коя насока сме развивали нашата духовна същност добре и в коя зле.

От друга страна, познавайки основно тялото си, можем да го владеем чрез мисълта и волята си и то да ни служи разумно. Можем още да ръководим неговите функции така, че то да е здраво, пластично и добре хармонизирано. От тази гледна точка именно здравето ни е цяла философия и наука, която трябва да разбираме и ползуваме, за да си спестим много физически страдания. Познавайки зависимостта на тялото ни от разумните сили на природата, ние ще можем да го предпазим от пагубни влияния, да го предпазим от заболявания, както и по-лесно да го оздравяваме.

Тялото като творение на разумната природа се разглежда като огледален образ на макрокосмоса, т.е. то е един микрокосмос. Оттук следва, че в устройството на тялото властват основните принципи на единството, универсалността и аналогията. А знаем, че съобразността е градивен закон в целите форми, а хармонията – закон на съвършените форми.

Затова Дънов казва: „Физическото тяло на човека е ключ, с който могат да се разрешат всички трудни въпроси. Изучаването на човешкото тяло е началото на всички науки, които представляват основата на бъдещето." [42] Или още: „Като ученици вие трябва да започнете с изучаването на функциите на вашите органи и системи. Не ги ли изучавате, вие не познавате себе си. Като знае устройството на своите системи и техните функции, човек познава и проявите на природата." [42] „Човек не е нито само материя, нито само дух. Материя без дух не съществува и дух без материя не съществува. Духът и материята са две състояния, които взаимно се допълват." [42]

Тази връзка, за която говори Дънов: дух – материя и материя – дух, трябва да проучим и опознаем, за да я поддържаме в хармония и да осигурим своето здраве и щастие.

Дънов казва: „Съвременните хора се нуждаят от нова философия за живота. Тя се заключава в ново разбиране, което трябва да осмисли живота, защото животът сам по себе си има смисъл, но ще внесе повече светлина в умовете на хората, които имат странно разбиране за смисъла на живота и го търсят там, дето го няма." [49]

Чрез знанието за нашето тяло ще осигурим по-добро здраве за него, ще бъдем по-разумни и по-щастливи, тъй като „човек, като е дошъл на земята, има за задача да пресъздаде себе си, да извае своето тяло, да го направи по-съвършено." [94]

„На земята израз на щастието е здравето. Първо важно нещо за човека е здравето. Човек трябва да бъде здрав." [129]

Настоящият труд, „Философия на здравето", е плод на проучените от нас над 190 печатани томчета с беседи и лекции на Петър Дънов. Включени са становището и домогванията в тази насока на 88 други автори, някои от които са със световна известност.

Този труд съдържа шест основни раздела:

– Духовната същност на човека;
– Физическата същност на човека;
– Лечебни методи;
– Физически и духовни упражнения;
– Лечебни билки по Дънов;
– Рецепти от билки.

Трябва веднага да подчертаем, че читателят не трябва да очаква чудеса. След основното опознаване със същността на тялото, следват профилактични знания, правила, съвети, които, ако се спазват, ще ни предпазят от заболяване и по-лесно ще се лекуваме. В тази насока настоящият труд може да бъде полезен на мнозина.

От автора

1. Духовната същност на човека

1.1. Произход на човека

„Бог, като се е ограничил в себе си, е създал човека... И целият почти безкраен ред от органични форми, които природата е създала, представляват стадии, през които човешкият дух е минал. Те са едно велико училище, в което той се учи.“ [179]

В съответствие с мотото на тази глава нека споменем една мисъл от индийската философия, която Дънов цитира в беседите си, а именно, че Бог с една издишка сътворява светове, а с една вдишка разгражда светове. Науката днес назовава „издишката“ — експанзията на света, а „вдишката" - колапса на света. Дънов казва, че чрез инволюцията, т.е. чрез „издишката“ или експанзията, Бог се е ограничил в себе си, за да създаде физическото многообразие на света, а сред това многообразие е и човешката форма. Но същевременно при слизането си във физическия свят човешкият дух е преминал през безкрайния ред от органични форми, които са едно велико училище, в което той се учи.

Набирайки знание и опит в средата на физическия свят, човек преминава във фазата на еволюцията, като, устремен към съвършенство, той рано или късно осъществява единение с Бога, т.е. преминава в сингулярност или още в колапс с Бога.

Следователно животът на света, а оттук и на човека, е един вечен кръговрат: светът се ражда от Първоизточника — Бог, т.е. експанзира, и след време се връща към него, т.е. колапсира. Когато Бог се е ограничил в себе си, т.е. излъчил от себе си човешкия дух и създал с това и физическата форма — тялото на човека, той дава на това индивидуализирано вече същество да опита само живота, да мине през всички живи форми и се поучи. Само този е пътят към съвършенството, т.е. връщане към единение с Бога, т.е. сингулярност с Първопричината.

Дънов казва: „Съвременните хора нямат ясна представа за своя живот, нито за целокупния живот, вследствие на което изпадат в големи заблуждения и противоречия. Те мислят, че животът им произлиза от самите тях и могат да разполагат с него както си искат. Не, животът на хората произлиза от Божия Дух.“ [147]

Но какво е животът?

Живот намираме както в неорганичния свят, така и в органичния; както в най-малкото в света — кварките, така и в най-голямото — галактиките; както в простата конструкция — електрона, така и в сложното творение на света — човека. В едни форми обаче животът се изразява само в движение, както е в неорганичния свят; в други — в растеж и размножаване — в органичния свят; в трети — в развитие и усъвършенстване — в духовния свят. Следователно животът е едно жизнено поле, силово поле, което по същество е едно и също навсякъде, само че се изявява по различен начин в отделните среди. Дънов твърди: „Животът, вложен във всички форми, е един и същ. Той само се разлива в тях и различно се използува. Неделим и единен е животът, затова го наричаме Божествен.“ [153]

„Значи в природата има една разумна сила, която действа по разнообразни начини. Тази сила индусите наричат „Lattvas“ — санскритска дума, което означава жива енергия, проникваща в цялото пространство. Тя е основа за движението на всички небесни тела и е причина за произвеждането на живота във Вселената.“ [38]

С тези мисли се маркират библейските представи за сътворението на света и човека. Следователно по същество човекът носи първичното дихание на света, но същевременно, чрез своето тяло, той е и представител на висша форма на физическия свят. Затова Дънов казва: „Духовният свят има връзка с физическия: едновременно човек е същество духовно и физическо. Тези два елемента съществуват в него едновременно: между едното и другото същество има връзка, която ги съединява и управлява. Тази връзка е душата. Тя е полудуховна и полуматериална. Това състояние вие никога не можете да измените. Под думите „физическа материя“ разбирам света на формите, необходим за проявата на битието на нещата; под „духовен свят“ разбирам онези сили, които ра-

ботят за създаването на тези форми; под думата „душа“ пък разбирам условията, които подготвят съграждането им... Всяка душа трябва да има тяло в света, за да се прояви като индивид, като единица.“ [30]

Тази „единица“ — човекът, за разлика от другите органични форми има богата духовна изява. Тя има чувства, мисъл и воля. Действа твърде самостоятелно, като че ли няма връзка с околната среда.

„Бог е направил няколко основни съчетания: от една страна, между тялото, душата и духа, а от друга — между ума, сърцето и волята. Това са условията, през които човешкият дух минава, за да се усъвършенства.“ [31]

Тези съчетания ние трябва да знаем, да познаваме и спазваме, тъй като ако занемарим едно от тях или нарушим техните взаимоотношения и хармония, ще спънем нашето развитие към съвършенство.

„Човек има физическо тяло, има и тяло духовно. Ако той зачита физическото си тяло, ще зачита и духовното, защото първото е калъп на второто. Ако човек осакати физическото си тяло, той осакатява и духовното.“ [73]

Следователно духовната и физическата същност на човека са едно хармонично цяло. Или, по-точно казано, физическата същност отразява духовната в сферата на физическия свят. Оттук следва, че за физическата форма на човек трябва да се съди по неговото духовно състояние. Това ще рече: какъвто е духът на човека, такава ще бъде и неговата физическа форма — тялото. Духовните качества оформят вида, качествата, състоянието и развитието на тялото.

Дънов допълва: „Това, което става във физическия свят, по аналогия става и в духовния. Всеки процес, който става на земята, едновременно става и на небето. И обратното: всеки процес, който става на небето, става и на земята.“ [30] Но според развитието си хората имат различно ниво на духовната си същност. Те са по-близо или по-далече от сингулярността с Бога. Ето защо Дънов казва: „И тъй в света съществуват три категории хора: първата категория е човекът на Истината, Божественият човек, когото индусите наричат „Satwa“; към втората категория се отнася волевият човек — „Rajas“, а към третата — обикновеният човек — „Tamas“. [73]

В изявите на живота, във физическия свят, наблюдаваме вечно движения, импулс, стремеж, възкачване и растеж. Откъде идва тази динамика? В цялото разнообразие, разновидност и множество на формите съществува двойственост. Учените я наричат поляризация на силите. Тя започва още с появата на експанзията, още с раждането на разнообразието. Така е и с човека: той е и жена, и мъж. Тази поляризация подтиква силите и формите да се хармонизират, отчасти да се уеднаквят и да се единят.

„Жената беше в мъжа, оттам я извади Бог, от реброто на Адама, тъй щото, дали човек е женен или не, това не усложнява, нито улеснява живота. Няма човек в света, който да не носи мъжа или жената в себе си. Те вървят всякога заедно. Дали единият или другият са вътре или вън от човека, не е важно. Всеки мъж носи жената в себе си и всяка жена носи мъжа в себе си. Те не могат един без друг. Мъжът е стимул за жената, а жената за мъжа. Отнемем ли жената от света, всяка култура ще изчезне; отнемем ли мъжа, пак няма да има култура. Под думите „мъж и жена“, в широк смисъл, разбирам ума и сърцето. Ум без сърце не може и сърце без ум не може. Те вървят заедно и взаимно се допълват.“ [31]

Физиологията на човешкото тяло потвърждава това поляризирано състояние на човека. У всеки човек, дали е мъж или жена, съществуват два физиологични елемента: мъжки и женски полов хормон. В зависимост от това, кой от двата хормона доминира, с влиянието и действието си върху функциите на организма, човек се изявява като мъж или жена на физическото поле.

От изнесеното дотук се вижда, че духовната същност на човека изцяло властва над физическата му същност. Следователно принципът на изявата върви отвътре навън, т.е. от по-висшето, от духовното към физическото. Затова Дънов казва, че „духовното е скрито във физическото. Духовният свят става понятен само чрез физическия. Душата е достъпна за нас само чрез тялото. Ако човек не познава тялото си, как ще познае душата си?“ [87]

„Човек не е нито в главата си, нито в сърцето си, нито в ръцете си. Той е извън своите удове, извън своето тяло. Чрез тях той само се проявява, но е извън тялото.“ [117]

Следователно същността на човека стои в неговия дух и душа. Физическата му изява — тялото, е една преходна форма, която дава възможност на духа и душата да се изявят на физическия свят. И когато проучваме тялото си, трябва чрез него да виждаме духовната същност на човека. Какъвто е духът, такова е и тялото.

Цялата разумност, хармоничност и закономерност в естеството на човека говорят, че той е творение на висше съзнание, на висш дух, който стои над всичко и ръководи всичко.

Дънов твърди, че „в света съществува едно обширно съзнание, което изпълва цялото пространство. Дали сте идеалист или материалист, ще видите, че това съзнание се движи толкова бързо, че едновременно обхваща всички точки. Вследствие на тази бързина, животът на това съзнание изглежда без движение." [89]

Фантастично и невероятно звучи тази мисъл на Дънов, че може да има скорост, чрез която да се обхващат всички точки на вселената едновременно и че при тази скорост животът е като че ли без движение, но днес науката допуска и скорости далеч по-големи от тази на светлината. При тях времето и пространството, като ежедневни понятия, не съществуват. Пространството се свива с координатите си, а времето се забавя до застой. От това следва, че едно съзнание, което се движи с такава надсветлинна скорост, ще обгръща едновременно всичко във физическия свят, ще присъства в миналото, настоящето и бъдещето едновременно. За това състояние говорят идеите на Айнщайн и Хоукинг. [238, 251, 212, 278]

Някой може би ще възрази, че това са недоказани неща. Днес обаче много закономерности във физиката, приети като действително верни и реални, ние хората не можем да осъзнаем и да възприемем със сетивата си. Човечеството приема тези невидими явления, сили и същности хипотетично, тъй като долавя, регистрира и наблюдава само следствията от проявите им. Единствено те ни напомнят за тяхното съществуване. Нима някой е видял атома на материята или неговите съставни частици? Но разлагането му и освобождаването на мощната енергия, скрита в него, човечеството почувства много осезателно при бомбардировките над Хирошима и Нагасаки в Япония през 1945 г.

Науката показа, че всичко, което човек интуитивно предполага, че съществува, е всъщност действителност. Затова и Дънов твърди,че мисълта предсказва и познава всичко. Тя прониква не само в материята, но и в нематериалния свят.

„Невъзможно е човек да има за образ нещо, което не съществува. По отношение на Битието всяко нещо е реално. Ние казвахме, че това или онова е илюзия, но по отношение на Битието никакви илюзии не съществуват." [108]

Нека се върнем към въпроса — какво е същността на човека? Дънов казва:

„И човекът като разумно същество има форма, съдържание и мисъл. Формата представя видимия човек, съдържанието — неговото сърце, което изразява чувствата му, а смисълът — неговия умствен живот." [126] Но има нещо в хората, за което не сме споменавали. Откъде е това голямо различие сред хората, било то по външен вид или просто по характер? Откъде е това несравнимо с нищо разнообразие на човечеството на земята? Тук Беинса отговаря: „Възможностите на всеки човек са еднакви, но строежът във всеки не е еднакъв, защото човек е задължен сам да строи." [11]

Следователно в сътворението на човечеството като цяло има известна поточност, т.е. всяка индивидуална душа и дух е съградила това, което е могла, това, което е осъзнала като полезно, въпреки еднаквите възможности. Оттук, според духовния си ръст, всеки индивид създава свой физически образ, още повече, че всеки човешки дух се е отделил от Първопричината в определеното за него време.

„Значи в човека има една централна монада и още много монади, които обаче не са на еднаква степен на развитие. Тази идея прокарва и Лайбниц." [10]

Това подсказва, че човек като идея в Божественото съзнание е единен „по образ и подобие", но при изявата си на физическия свят той се е индивидуализирал според своите възможности. Тази лична изява обаче е причина за падението на човека. Това е грехът на Адам и Ева. Но въпреки това, човек като отделна форма има възможности, каквито никое друго същество не притежава — да расте, да се развива, да се усъвършенства и осъзнава. Нашият ум, сърце и воля могат да разграничат доброто от злото, да изградят у нас добродете-

ли, които да ни насочат по пътя на еволюцията, т.е. по пътя на съвършенството и бъдещото единение — сингулярност с Бога. Дънов обяснява: „В природата съществува следният закон: в цялото Битие вие имате условия да станете всичко, което днес желаете. В цялата вечност вие имате възможност всичко да спечелите и всичко да загубите." [9]

Ето ключа на нашето земно щастие и нещастие. Или ще използуваме пълната свобода, която ни е дадена в сферата на физическия свят за нашето усъвършенстване в областта на доброто, за нашето възвръщане към Първопричината, или ще се погубим и ще затънем в недрата на греха и злото, в сферата на животинския свят. Последното е напълно реално, тъй като сме минали през всички живи форми и носим все още заложени в нас техните желания, страсти и подтици. „Следователно животинското е вложено във всеки човек и стига да му дадете малко условия, то ще се прояви." [10]

А еволюцията и съвършенството не се осъществяват без духовна чистота. Дънов казва: „Каквото е здравето за физическия свят, такова нещо е чистотата за духовния свят и справедливостта за Божествения свят." [81]

„Ако ви се даде много любов, ще се разкашкате; ако ви се даде много мъдрост, ще се втвърдите. За да не стане това, вие трябва да отправите тези енергии към истината, която ще ви покаже вътрешния смисъл на живота." [4]

И накрая на тази глава нека повторим мисълта: „Значи Бог с една вдишка и една издишка създава и разрушава светове." Именно от „издишката" на Бога ние носим началото си. Тази „издишка" всъщност е „големият взрив", за който учените казват, че е причината за началото на света. С „издишката" си Бог се е ограничил в себе си, за да реализира низшите физически форми, тя е създала човешкия дух, душа и тяло. Но физическият свят, създаден с „издишката" на Бога, е толкова многообразен — безкраен ред от форми, т.е. стадии, през които човешкият дух е минал, като през едно велико училище, за да се подготви за своето възвръщане към Първоизточника на нещата, към сингулярност с Бога.

1.2. Дух, душа и тяло

„Духът, който сам по себе си е неделим, трябва да слезе в материята и да придобие от нея едно качество, каквото сам не притежава. Например материята е инертна, тя се дели, но не може да се разширява. В разширението се заключава човешката еволюция. Следователно, щом като духът слезе в материята, той ѝ придава това, на което тя не е способна. Той започва да я разширява, да образува от нея множество форми." [87]

Видяхме, че първичното, ядката на човешката същност е духът. Той е частица от първичното начало, от Първоизточника на нещата. Той е вечната същност на човека. Останалите негови съставки — душа, съзнание, ум, воля, сърце, мисъл, са добавки, посредством които духът контактува с физическия свят чрез тялото.

В този раздел искаме да се опитаме да покажем как духът придава на материята движение, динамичност и множественост.

Всички прояви във физическия свят всъщност са изява на духа. От духа на човека зависят физическата форма, видът, изявите и състоянието на тялото. Духът крепи нашето тяло и нашето здраве. Затова старите хора са казвали: „Здрав дух — здраво тяло". Това не е случайно. Тялото като материя е инертно, но жизнеността идва от духа. Дънов казва: „И тъй, присъствието на духа всякога произвежда топлина на физическия свят; присъствието на духа всякога произвежда движение на физическия свят; присъствието на духа всякога произвежда растене в живота; присъствието на духа във физическия свят всякога произвежда цъфтене, завързване на плод. Духът носи живот в себе си. Следователно той разширява съзнанието." [70]

Значи духът е първичното, което човешкото същество има от Всевишния. Това е „диханието" на Бога в човека и то не може пряко да контактува с материята — тялото на човека, тъй като е от много по-висша сфера. Като посредник идва душата, която стои между духа и тялото. Душата е полума-

териална и полудуховна, тя е действителната същност на човека в сферата на физическия свят.

Дънов обяснява: „Душата на човека не е нищо друго освен самия човек, който живее в тялото си, т.е. вътрешния човек, който чрез тялото се изявява във физическия свят и дава живот на тялото.“ [281] И тъй нашата непосредствена същност е душата. Затова най-често хората говорят за човека като за душа: добра душа, силна душа, светла душа, прекрасна душа и т.н.

„Душата и тялото са две фази на Битието. Природата дава материята, а душата твори. Природата е кредиторът, който дава материята за обработване, а душата обработва, съгражда тази материя.“ [9]

„Ако духът и душата не държат ръцете, краката, мозъка, дробовете и стомаха, нищо не би останало от човека. Духът държи всички органи на тялото в пълен ред и порядък. Душата пък пребъдва във функциите, които изпълняват органите и се ползува от енергиите, които те възприемат и предават. Душата не държи въздуха, но пребъдва в него. Дишането, мисленето, чувстването представляват пребъдване, а действията, които ги придружават, наричаме държане.“ [31]

Щом като душата пребъдва във функциите на органите, можем да си обясним възможността на човека съзнателно да овладява тези функции на тялото си, като ги ръководи по своя воля и разбиране. Това именно правят адептите, които чрез дълги и волеви тренировки и упражнения достигат пълно овладяване на тялото си. А при обикновения човек, когато духът и душата се мобилизират, наблюдаваме лесно и бързо възвръщане към здравето, дори и при тежки заболявания. Там, където душата е в акция, болният лесно се лекува. Едно от най-добрите качества на лекаря е да съумее да мобилизира духа на болния за оздравяване. Тогава всеки лечебен метод е действен и резултатен.

Съществуват ли веществени доказателства за наличието на духа и душата извън тялото? Този въпрос интересува всеки човек. Едно от последните съобщения за това прави индийската преса. [272] Описват се случаи на деца между 3 и 7 години, които си спомнят, че по-рано са се казвали с други имена и че са загинали, като са били убити, изгорени на кла-

да или удавени в кладенец. При проверката се оказало, че данните, давани от децата, са достоверни. При един случай детето познало даже предишните си родители и роднини, като ги назовало по имена. Изследванията показали, че в 82% от случаите децата ясно си спомнят името си от предишното раждане, както и подробности от бившия си живот. Интересно е също, че при половината от тези случаи в предишния си живот хората са умирали от насилствена смърт. Средната им възраст била 34 години. Прераждането настъпило средно след половин година, като при 80% от случаите лицата, свързани с прераждането, не са роднини, което изключва генетична връзка. [272]

Щом като тялото е плод на човешкия дух и душа, значи то ще отразява състоянието и развитието, на което стоят духът и душата. Или по-просто казано, тялото е пълно отражение на духовния ръст на човека и по съвършенството и състоянието му ще можем да съдим за силата на духа, както и за степента на израстване на душата. Дънов продължава: „Тялото е резултат на човешкия дух. Човешкият дух е строител." От устройството на тялото се съди за духа на човека. Добре устроеното тяло говори за правилното функциониране на човешкия дух. Дънов казва още: „Смисълът на живота стои във вечната младост на душата" — това ще рече още, във вечното здраве и свежест на човешкото тяло. Но за това се изисква постоянно доминиране на човешката душа над плътта на тялото, т.е. душата да не е подвластна на желанията и влеченията на тялото. „Душата може да прояви силата си, когато не е свързана с материята. Тя е силна, когато прониква в материята, без да се свързва с нея. Ученикът трябва само да гледа през материята, но не и да живее в нея." [110]

За да се постигне такова състояние, при което душата на ученика да ползува материята на тялото си за израстване и усъвършенстване, за добиване на знание и опит в живота, без да стане неин подвластник, се изискват разум, мисъл и воля.

„Ще развивате три вида работа: работа на физическото поле, второ — работа в умствения свят, и трето — работа в духовния свят." [176]

Значи духовният растеж на човека трябва да започне от физическото поле на живота, т.е. от неговото тяло. След то-

ва в умствения свят — набиране на знания и мъдрост, и накрая, като се минат тези предварителни фази, идва работата в духовния свят — служене с любов и вяра на Всевишния. Това стъпаловидно издигане на човека в живота следва от обстоятелството, че „всяка душа излиза от Бога с цел да научи живота, да познае себе си." [1] Но плътта силно изкушава чрез своите желания, страсти и пориви. Хората стават най-често роби на тези желания, пориви и страсти. Те забравят своята духовна същност и произход и като животните се отдават на плътското си естество.

„Всеки човек представлява съчетание между духа и плътта. Значи духът и плътта се намират в брачни отношения помежду си. Плътта е хванала духа така здраво в оковите си, че не мисли да го пусне на свобода... Духът е създал голямо разнообразие в света, за да отвлече вниманието на плътта от себе си, да има тя с какво да се занимава, да не го смущава отвътре." [153]

Доста нагледно се представя състоянието на човешкия дух, когато е подвластен на плътта. Голямото разнообразие на материалните форми в света представлява от своя страна примамка за влеченията на плътта. Когато човешкият дух е увлечен от плътски желания, той не чувства достойнството си като духовно същество, поради което се изявява с отрицателни действия. Човек става проводник на желанията на плътта. В това състояние той се чувства обсебен от чуждо влияние и не е свободен.

„Всички болести се дължат именно на това подпушване, предизвикано от неизпълнение на божествените желания, които ви предизвикват към правене на добро. Вие трябва да знаете, че не можете да си играете със законите на разумната природа." [3] „При различните погрешки, които правим в света, заразяват се известни органи у нас. Локализирането на болестите в разните места показва каква грешка си направил." [7] „Често физическите сили у човека вземат надмощие над духовните и ако те не се задоволяват, у човека се явява вътрешно недоволство. Това вътрешно недоволство може да доведе до раздразнение, гняв, отмъщение и т.н.

Три състояния влияят върху човека. Първото състояние се предизвиква от тялото, т.е. в кръга на тялото вие имате неп-

риязнено чувство — изпитвате някакво страдание или скръб... Това е страдание на тялото... Защо идват страданията и радостите?... Вие трябва да си дадете отчет. По този начин ще дойдете до областта на разумното сърце, което започва с тези размишления. Най-после, след тези размишления вие идвате до положение да схващате смисъла на страданията и да ги разграничавате. Това аз наричам положение на Духа — когато вие разбирате вашите страдания и сте техни господари, можете да ги измените. Първото нещо — вие трябва да се справите със страданията на тялото." [8]

Тези мисли на Дънов ни подсказват колко много ни спъва тялото чрез своите плътски влечения и страдания в хода на нашето духовно развитие. Затова той настоява ученикът да започне да се справя първо със своето тяло — да го владее, да го преоформя, да го оздрави, да го хармонизира, да го направи инструмент за набиране на житейски опит, без да му е подвластник. Това е първата задача в живота.

Дънов продължава: „Днес в духовно отношение човек се намира във фаза на растенията. Ако за дълго време още остане в тази гъста материя, дето плътта и духът са в постоянна борба, той ще загине...Според окултната наука излизането на човека от гъстата материя е предвестник на шестата раса." [18]

„Днес всички хора се оплакват от преждевременно остаряване. Защо? Защото прахосват своята енергия. Разумен човек е онзи, който от младини остава бодър, способен за работа." [19] „Често се запитвате, защо човек не издържа в живота? Защо не издържа на изкушенията? Това се дължи на силно развита стомашна система у човека. Стомахът представлява физическия живот на човека." [20]

Храносмилателната система е една от първите в процеса на еволюцията в сферата на органичното царство, която при човека се е развила до съвършенство. Без хранене животът на живите земни форми е немислим. При човека обаче храненето се е превърнало в увлечение, страст и начин за удоволствия. Чрез него човек приема много вещества, които му доставят удоволствие, а същевременно не са необходими на организма. По този начин тялото става инструмент на желанията и изкушенията. Затова Дънов твърди, че „докато е в

своята физическа форма, човек преминава през състоянието на животно". [21] Нека се огледаме. Много от нашите желания, чувства, страсти и влечения не се ли припокриват с тези при животните? Разликата е може би само в това, че при животните тези прояви се дирижират изцяло от природните ритми и цикли, а човекът, чрез създадения от него начин на живот, почти се откъсва от директното природно влияние и по този начин си навлича ненужни страдания и заболявания. Някои намират, че плътта им пречи и се стремят да я унищожат чрез допълнителни изтезания. Такова е становището на редица окултни будистки учения, но то не трябва да се приема за разумно. След като сме на физическия свят, ние не можем без тялото. То има за задача да служи на духа, за да може да набира опит. Остава едно, да не допускаме плътта да надделява над изявите на духа. „Душата се нуждае от плътта като покривка, която да я пази от силните лъчи на духа. Който не разбира този закон се плаши от плътта, от личността си, иска да убие техния живот. Той мисли, че те са спънка за неговото развитие. Да убиеш живота на плътта и на личността в себе си, това значи да премахнеш условията за проявата на Божественото, на своята душа." [23] „Сега във всички е влязла мисълта, че когато ученикът тръгне в духовния път, трябва да се откаже от материалния си живот. Това е криво схващане. Както духът и материята живеят заедно, макар и в противоположни посоки, така и човек се нуждае от материалния и духовния свят. Щом влезеш в света, ще работиш там, докато свършиш работата си, т.е. докато победиш света." [52]

Да победи света — ето задачата над задачите, която стои пред човека, а това означава да го опознаеш, да го овладееш и да го подчиниш на своя разум и воля.

„Днес хората отделят физическия си живот от духовния и го разглеждат поотделно. Всъщност един живот съществува. Физическият е проява на духовния, но не е отделен от него. Физическият живот се определя от разбирането на хората." [53]

„Още със създаването на човека, като физически, духовен и божествен, Бог му е дал всички условия да се прояви. Първо му е дал здраве, вложил е в него здрав морал, вложил е в него любовта си. Това са три прояви, чрез които душата се

характеризира. Ако на земята човек не прояви своето здраве, морал и любов, той сам се излага на изпитания." [53]

„Следователно само ние сме виновни за нашите страдания, болести и несполуки в живота. Хората нито здравето си зачитат и поддържат, нито морала, а най-малко любовта към ближния. Как тогава да не страдаме и да не боледуваме? Не зачитаме здравето, а го използуваме за наши низши плътски удоволствия. Моралът сме потъпкали и занижили толкова, че сме под нивото на животинския свят даже. А любовта сме изопачили дотолкова, че сме изцяло в сферата на безлюбието, където омразата, злобата, ненавистта, завистта са източници на братоубийствени войни. Затова Дънов ни приканва: „Освободи се първо от връзките, които те държат към земята. Тогава ще се повдигнеш и ще придобиеш онова знание, към което се стремиш. Който не уреди материалните си сметки, не може да уреди духовните, и обратното — който не уреди духовните си сметки, не може да уреди материалните. Това показва, че между материалните, духовните и божествените светове има тясна връзка." [58]

Разбира се, че терминът „земя" или „материални сметки" са алегорични понятие и подсказват за низките ни пориви и прояви. Трябва следователно да познаваме както земните си връзки, така и духовното си съдържание, за да постигнем единство и хармония между тях. Пак трябва да подчертаем, че майсторството да се живее разумно на земята е в опознаване за нуждите на тялото и задоволяването на тези необходимости, които са полезни, разумни и ползотворни.

Ясно е, че докато сме на земята, ще трябва да имаме физическо тяло, но водещо при нашата изява трябва да бъде духовното ни начало. Тогава ще съумеем да се предпазим от грешки в проявите на желанията ни, а с това и от физическите страдания и болестите. Едно здраво и хармонично развито тяло може да ни послужи за пряка връзка с духовния свят. За целта обаче се изисква и зряло съзнание.

„У някои хора съзнанието се движи полека, а у други хора съзнанието се движи бързо. Че ако четете Сведенборг, един съвършен човек, у когото религиозните чувства са силно развити, ще видите, че той разправя за работи, за които ние бихме казали: дали всичко е вярно или не, дали този човек е с

ума си или не. Не, това са истински неща. Сведенборг казва: „Ако вашите чувства са развити като моите, вие ще можете да проверите тези неща. За да ги провери човекът, се изисква един организъм малко по-другояче устроен от сегашния. Един човек, който обича материалния свят, не може да влезе в небето, защото неговата материя, неговото съзнание не могат да се трансформират тъй лесно.“ [71]

Емануил Сведенборг е живял през 16 и 17 век. По преценка на тогавашни изтъкнати общественици и философи, включително и на Кант, той е бил най-известният ясновидец за своето време, покровителстван лично от краля на Швеция Карл XII. Сведенборг е лекар и е един от първите медицински учени, който установил вида на кръвообращението у човека, както и строежа на мозъка. В труда си „Сношението между душата и тялото“, написан на латински, „De Commercio Animae et Corporis“, и отпечатан в Лондон през 1769 г., той описва степените на духовния свят и неговите обитатели въз основа на свои лични прозрения — например след кратка медитация, душата му е в състояние да напусне тялото и да осъществи връзка с духовния свят. [281]

За мнозина това са необичайни неща, защото, както казва Дънов: „Много хора гледат на тялото като на автомат, като на механизъм, а не като на нещо разумно. Питам: как е възможно разумен човек да живее в нещо неразумно?“ [73] „Материята е само един от факторите, едно от условията да се прояви животът. За да се прояви каква да е форма на света, е необходима материя, субстанция, с която да се облекат живите сили. Тялото, както и външните и вътрешните му органи, представляват материалната страна на силите на човешкия мозък. Следователно дробовете, стомахът, мускулите, костната и всички останали системи представляват величествена инсталация, чрез която се проявява човешката интелигентност.“ [81]

Значи тялото на човека трябва да се разглежда като израз, изява на духовната му същност, а отделните съставни части — органи и системи, като изява, отражение на духовните качества, добродетели, интелектуални възможности. И обратно, чрез организацията и интелектуалното устройство на тялото можем да съдим за човешките духовни качества, добро-

детели и духовен ръст. Както дрехите на човека са скроени и ушити според формите и устройството на тялото, така и тялото е подходящо облекло за душата и духа тук, във физическия свят.

„Обаче, каквото и да се говори, в света съществува материя. Тя е облекло, дреха на духа. Следователно материалният живот е необходимост за духа. Той представлява условия, среда за работа и за проява на духа.“ [82]

Безспорно една инертна, неорганизирана и нехармонизирана материя не може да бъде пряка среда и условия за изявата на духа. Материята на тялото трябва да има качества, които да я доближават до изискванията на духовния свят, на света с по-високо измерение, или както казва Сведенборг, от по-висока степен на развитие. Тази организирана материя всъщност е органичната материя на живите организми и на нашето тяло. Тя има качества, които неорганичната материя няма.

„Всички удове на вашето тяло, независимо от това какво място заемат, са създадени от живи клетки, от живи души, които имат една обща, единна душа. И ако един ден им се дадат благоприятни условия за развитие, те ще станат умни, толкова красиви като вас и с толкова знания, колкото имате вие.“ [83]

Биологията днес доказва, че всяка клетка от органичния свят, била тя от растение, животно или от човек, има в себе си заложени данните, особеностите и конструкцията на организма, растението и др., от които тя е една малка част. Клетката има заложен в себе си огледален образ на цялата конструкция и физиология на организма-майка. Доказателство за това е обстоятелството, че при растенията например от един откъс от тях може да се създаде цяло растение, като се посади отделно. При по-низшите животни при загубата на крайник, опашка или друга част от тялото те се възстановяват, израстват отново. Самостоятелността на единичните клетки обаче в рамките на цялостния организъм е привидна. Клетката се подчинява безпрекословно на общото ръководство, на общата душа, на общата хармония на цялото.

„Силата на човека седи във вътрешното единство, вътрешното единение, до което е достигнал. Всеки, който е придо-

бил вътрешно единство в себе си, се отличава с дълбок вътрешен мир, с голямо равновесие.“ [85]

Задачата и школуването на учениците в окултните школи е именно чрез тренировки на човешкия дух да се постигне този вътрешен мир, т.е. да се надделее над низшите желания на плътта и тя да е напълно подчинена на общото „АЗ“ на организма. При наличието на вътрешно единство човек може да борави с тялото си така, както иска, и да го напуска, когато поиска.

„Всички органи у човека са създадени съобразно неговия характер, съобразно неговата душа. Каквато е душата на човека, такова е и тялото му; каквото е сърцето му, такава е и устата му; какъвто е умът му, такива са очите му; какъвто е носът му, такава е и интелигентността му; каквито са краката, такива са добродетелите му; каквито са ръцете, такава е и неговата правда.“ [87]

Ето как, като изучаваме устройството на нашето тяло, можем да охарактеризираме собствените си качества и добродетели. Тялото е огледален образ на душата, а оттук и на духа. „Най-важното нещо в човека е неговото тяло, а не мислите и чувствата му. Мислите, чувствата и постъпките са външни условия. Това, което всеки ден се тъче в човека, са неговите клетки. Значи при сегашните условия на живот, най-важното нещо за него е тялото. Защото представлява проявения човек.“ [88]

Трябва да знаем как да пазим, развиваме, усъвършенстваме този „проявен човек“. Тялото не е създадено за удоволствия, не е за наслада за низшите и животинските страсти от нашето естество. То е среда за развитие и растеж. За да осъществи едно такова отношение към тялото си, човек трябва да има знание, разбиране, мироглед, или по-точно казано, здрава, разумна и реална философия за живота. По този въпрос мнението на Дънов е следното: „За да осмисли живота, си човек трябва да си създаде една философия, с която да се съобразява във всеки случай. Той трябва да знае отде идва и къде отива“. И още: „Каквато и философия да съществува за живота, все пак тя не е в състояние да го обясни. Ако не може да го обясни, тя трябва поне да дава методи за правилно живеене.“ [117]

Следователно трябва да имаме ясна представа за същността на живота и неговото значение за нас. И в това отношение Дънов дава отговор: „Животът има трояк смисъл. Първо, смисълът на живота се отнася до физическото тяло на човека, да си създаде той здраво, добре организирано тяло, в което духът и душата да живеят, да извършват своята работа на земята. Второ, смисълът на живота се отнася до астралното тяло или звездното тяло на човека, да подобри неговото състояние, да повдигне неговите чувства и желания на степен да уравновесяват силите на неговото сърце... И най-после, смисълът на живота се отнася до умственото тяло на човека, да създаде той в себе си здрав мозък, който да възприема само мисли, необходими за храненето на неговия дух.“ [89]

В тези мисли на Дънов е дадена програма за действие, програма за развитие на човека в средата на физическия живот. Първо, трябва да се започне с тялото, а после с другите компоненти. Защото само едно здраво и добре организирано тяло може да осигури условия за проявата на духа и душата тук, на земята. Тялото трябва да се опознае, да се разучи, да се овладее и усъвършенства.

„И тъй, първо човек трябва да се занимава със своето физическо тяло, после — с астралното или звездното тяло, и най-после - с умственото си тяло.“ [89] Болшинството хора обаче пренебрегват тази последователност на растежа, на развитието и на действието. Повечето окултни ученици желаят да прескочат усвояването на астралното тяло и се насочват към овладяване на умственото тяло. Но как е възможно нашият мозък да съществува без добре развито кръвообращение и храносмилателна система? Та нали той ще остане в такъв случай недоразвит и неспособен да отразява мисълта ни? Стъпаловидното или последователно развитие е задължително, както при стъпалата на една стълба. Ако липсват първите долни стъпала, не е възможно без риск и страдания да се достигнат по-горните. Затова, пренебрегвайки физическата си същност, или използувайки тялото си изключително за удоволствия, хората страдат и понасят лишения и болести.

„Днес светът се е обърнал на болница. Няма здрави места в организма на съвременния човек: и дробове, и стомах, и черва, и уши, и очи, всичко е болно. И след всичко това каз-

вате: „Ние имаме култура, ние сме учени, културни хора." Да, имате култура на болни хора." [84 П.Дънов]

Във физическия свят плътското тяло е изложено на прякото действие на условията, при които го поставяме. То или се развива добре, ако му осигуряваме добри условия, или страда и боледува, когато не правим това.

„Плътското тяло страда, а духовното не страда, противоречията на живота съществуват за плътското тяло, а за духовното тяло няма никакви противоречия..." [85]

„Личните чувства са свят на удоволствия. Дето са удоволствията, там е злото. Ще кажете, че човек трябва да си хапне, да си пийне, да се повесели. Не е лошо да си хапне и пийне човек, но той не трябва да се увлича в ядене и пиене, да губи съзнание. Всяко неестествено желание води към зло." [108] Удоволствията водят до дисхармония между нашето тяло и душа. Тя нарушава нормалния жизнен ритъм в тялото. Увличането към удоволствия е неестествено желание. Нуждите на тялото са умерени. Нима безразборният полов живот при хората е естествена нужда? Половите органи, както и всички други, имат определена естествена задача. Вместо да ползуват половите органи само за продължение на рода, хората се отдават на неестествена наслада с тях. От това организмът се изтощава. Няма друга система в тялото, която така силно да изчерпва силите му. Организмът отслабва своята биологическа защита и се поддава лесно на други заболявания.

„Главната причина за болестите се дължи на дисхармонията между двойника и физическото тяло на човека. В предната част на мозъка се намират особен вид бели мозъчни влакна или нишки, чрез които се проявява деятелността на човешкото съзнание. Съзнанието е свързано с двойника, тъй нареченото второ тяло на човека, или посредник на силите на природата. Значи двойникът е апарат, чрез който се проявяват силите, енергиите на природата. Физическото тяло на човека живее благодарение на своя двойник." [116]

Можем да си представим двойника на нашето тяло като силово поле, в което влизат нашите мисли, чувства, желания, настроения и усещания. Тази силова част на физическата ни същност е решаваща за правилната или неправилната връзка с жизнени сили на обкръжаващата ни разумна природа.

Жизнените сили ние получаваме от храната, въздуха, водата, електромагнитните пълнежи и т.н., които природата ни предоставя. Ако ние не използуваме правилно тези източници на живот, т.е. ако нашият двойник не ги оценява правилно, ако не е в правилен резонанс с тези природни източници, тялото ни се лишава от тях и понижава защитните си възможности към външни дразнители. Нека помислим дали дишаме чист въздух, дали се храним рационално, дали почиваме правилно и ритмично, дали запазваме нормалното напрежение на нервната си система, дали нашите сетива се радват на подходяща среда (светлина, тонове, етерични изпарения и др.) и т.н. Трябва да знаем, че всичко, което човек е създал и организирал като окръжаваща го среда, е далеч от тази, която природата ни предлага.

„На земята израз на щастието е здравето. То е първото важно нещо за човека. Той трябва да бъде здрав. Обаче здравето зависи от физиологическото съотношение между човешките органи. Ако деятелността между мозъка, дробовете и стомаха е правилна, тогава и здравето ни е добро." [129] „Истинският учен знае, че в тялото се крият всички възможности за бъдещото развитие на човка. Великият капитал на миналото, на настоящето и на бъдещето се крие в неговото тяло." [128] „Иска ли да не боледува, човек трябва да води чист и свят живот, да не греши. Грехът и престъпленията се дължат на отклоненията на човека от правилния път." [137]

Животът на физическото поле е пълен с изкушения, съблазни, мъчно преодолими задачи, пречки и т.н. Това създава възможност човек да се обърка, да изпадне в отчаяние, прегрешение и безпътица. Но в способността му да изплава над тези неестествени трудности се крие неговото разумно и човешко достойнство.

„Никакъв грях, никакво престъпление не са в състояние да опетнят човешката душа. Външно човек се е опетнил, но не и вътрешно. Щом са дошли на земята, и праведният, и грешникът ще се изцапат. Разликата между праведния и грешния е тази, че първият се чисти сам, а вторият не може." [137] „Днес повечето хора се намират под влияние на човешкия порядък, те са управлявани от силата на плътта, от своите лични интереси. Това е общ закон в природата." [148]

Като по-съвършено същество на земята човек малко се е освободил от влиянието на животинското в себе си. Неговите човешки качества, които животните не притежават — умът, волята, мисълта, индивидуалната душа и дух, явно не са поели изцяло кормилото на живота му. „Здравето на човека зависи от следните четири неща: от силата на неговия дух, от добротата на неговата душа, от светлината на неговия ум и от мекотата на неговото сърце. За да добие тези неща, човек трябва да има знание.“[147] Знание не какво да е, а знание за самия себе си. Хората са най-бедни откъм знание. Днес човечеството пътува из космоса, овладя силите на атома, прилага генно инженерство, създава нови химически вещества, които природата не познава, строи компютри, които го заместват в много отношения, и т.н., но човекът не знае най-важното — какво представлява той и какви възможности се крият в него. Трябва да осъзнаем и дълбоко да сме убедени, че всеки от нас носи в себе си „диханието на Бога“, т.е. Духът, който всъщност ни оформя като хора. Всеки притежава лична, индивидуална „частица“ от Първоизточника. Тази „частица“ — Духът, осигурява нашето безсмъртие. Душата от своя страна осъществява реализацията на Духа в сферата на физическия свят. Тя е строителят на нашето тяло, тя е нашата същност тук, на земята. А тялото е инструментът, материализираната идея на душата, с който си служим, за да се ползваме от силите и законите на живата природа.

1.3. Ум, сърце, воля, мисъл и вяра

„Умът и сърцето са два велики центъра, чрез които душата реализира своите идеи. Без ум и без сърце душата не може да се прояви.“ [82]

„Без воля човек не е изявен. Волята е реализиран израз на човешкия ум и човешкото сърце. Тя е изразител на двата свята — света на ума и света на сърцето.“ [4]

След като се запознахме с ролята на духа и душата при изграждането на физическото тяло на човека, трябва да си за-

дадем въпроса, какво са умът, сърцето, волята, мисълта и вярата за него?

За да си изясним този въпрос, ще си послужим с една аналогия: Духът на човека може да се сравни с архитекта на нашето тяло. Той изработва и предлага подробен строителен план за вида, конструкцията и състоянието на тялото. Значи последното е идея на духа, както всеки строеж в живота е сътворен от даден архитект. Душата от своя страна трябва да уподобим на предприемача, който получава строителния план от духа и пристъпва към неговата реализация. Затова Дънов казва, че душата е полудуховна и полуматериална. Тя трябва да осъществи строителния план на тялото ни, на физическото поле. Но както и при всеки земен строеж на сграда, предприемачът не може да извърши строежа сам. Необходими са строителни работници — кофражисти, зидари, мазачи, електротехници, водопроводчици и т.н. Ролята на строителни работници за нашето тяло изпълняват умЪТ, сърцето, волята, мисълта и вярата. Те не само участват в строежа, но остават да се грижат за доброто му състояние и поддържане за цял живот.

Макар и не най-удачна, тази аналогия ни помага да разберем взаимовръзката между духа и душата, от една страна, и ума, сърцето, волята, мисълта и вярата, от друга. Явно е, че състоянието на тялото ни е в пълна зависимост от нашите ум, сърце, воля, мисъл и вяра. Те или ще го поддържат в пълна хармония и добро здраве, или ще го подложат на пълна и безмилостна експлоатация за свое удоволствие и наслада.

„Следователно тялото, умът и сърцето на човека са пособия, без които той не може да живее. Те са външни прояви на човешката душа и на човешкия дух.“ [133] Нормален човек е само онзи, в който умът, сърцето и тялото са в хармония, т.е. тялото се подчинява на ума, а умът се подчинява на сърцето. Ще кажете, сърцето трябва да се подчини на ума. Не, на земята сърцето е по-силно от ума. Най-първо човек е чувствал и после се е появила мисълта. Значи първо се е явило сърцето, а после умът.“ [56]

Каква е ролята на мисълта и вярата? Мисълта прави анализ, наблюдава състоянието, сравнява и констатира. Чрез мисълта си човекът може да даде нова насока в живота на тя-

лото си. Вярата от своя страна е вдъхновителка. Няма ли вяра в изпълнението на дадена идея, осъществяването ѝ страда. Едва ли без вяра би могло да се започне едно ново начинание. Вярата крепи и подсилва надеждата в живота, освежава мисълта, стимулира и успокоява. „Чрез мисълта си човек може да създаде каквито органи иска, да се върне в първоначалното си състояние, когато е бил създаден по образ и подобие Божие. Дойде ли до този образ, той сам ще види своето отклонение от пътя, по който върви." [24]

Така мисълта може да ни коригира по пътя на нашия живот, да констатира отклоненията, които допускаме. А волята? „Както знаем, че мозъкът в главата е място на мисълта, така трябва да знаем и че мястото на волята е в тялото... Волята се изразява в ръцете, краката, в езика, в ушите, в очите на човека. Изобщо, сетивата са място на волята." [91] „Чрез силата на волята, подкрепена от ума и сърцето, човек проявява способностите си да превръща низшето в себе си във висше, неблагородното в благородно." [31] „Волята се проявява в три свята: в умствения, в сърдечния, т.е. в астралния — света на чувствата и желанията, и във физическия. Волята подразбира процеса на организиране."[1] „Без воля човек не е изявен. Тя е реализиран израз на човешкия ум и на човешкото сърце, изразител е на два свята — света на ума и света на сърцето. На съвременните хора и на окултните ученици липсва воля." [176]

Вярата като вдъхновителка води до нови открития, както и до стабилизиране и уравновесяване на функциите на организма. Затова Дънов казва: „Всичко, което човек е постигнал в живота си, се дължи на неговата вяра. Всички изобретения на великите учените се дължат на тяхната вяра. Който вярва, той ще бъде здрав, който не вярва, той не може да се лекува, вследствие на което болестта му ще го следва." [137]

„Най-великите неща в света са човешката душа и човешкият дух. Умът служи за укрепване и украшение на човешката душа, а сърцето — за украшение на човешкия дух... Значи духът, душата, умът и сърцето представляват семейството на човека, а волята му е един от най-благородните слуги на това семейство." [138]

Но в това семейство трябва да царят разбирателство, ува-

жение и хармония както по отношение на възгледите, така и по отношение на желанията. Това се налага, тъй като нарушението на това вътрешно разбирателство и хармония води до нарушения в здравето на тялото.

„Засега вие живеете два различни живота, тъй като чувствата и мислите на човека са две различни неща. Чувствата са едно нещо, мислите — друго нещо. В сърдечно отношение вие чувствате едно, в умствено отношение мислите друго. Понякога между ума и сърцето има разногласия, а понякога има хармония. Някой път сърцето не разбира живота тъй, както умът, а някой път и сърцето разбира правилно, и умът разбира правилно." [83] „Много от болестите се дължат на смущения на чувствата; на смущения на ума. Значи те са умствени смущения. Когато болестите се дължат на умствени смущения, те засягат мускулната система, засягат и белите дробове. Когато смущенията са повече чувствени, те засягат сърцето ни, черния дроб, дихателната система и кръвоносните съдове." [71]

Привидно, като че ли умът и сърцето нямат нищо общо със споменатите тук органи — мускули, сърце, черен дроб, бели дробове, кръвоносни съдове. Но функционално се влияят изключително силно от чувствата и мислите на човека. При умствени смущения настъпва атония на мускулната система и на ритъма на дишането, при чувствени смущения и изживявания се загубва контролът над съня, храненето, пиенето, функцията на черния дроб и др. А когато има хармония между ума, сърцето, волята и мисълта - тялото е в правилна функционалност и пълно здраве.

„Когато човек живее съзнателно на физическия свят и в духовния, и в Божествения, той има добре устроено физическо тяло, здрава нервна система, има добре развито сърце и светъл ум. Мисълта му е ясна и трезва." [53]

„Къщата ви, т.е. тялото ви трябва да бъде съградена така, че да разполагате добре с него; не можете ли да разполагате с него, както искате, вие все едно, че живеете под наем. Затова казваме, че който не е господар на тялото си, той живее в чуждо тяло — друг е неговият господар." [45]

„Колкото по-добър, по-разумен и по-силен е човек, толкова по-здраво и по-фино са изработени неговите органи. Материята им е по-фина, по-доброкачествена." [45]

„Здрав е онзи, на когото умът, сърцето и волята са в пълна хармония. Той има светлина в ума, импулс, подтик в сърцето си и сила във волята си... Здравето има отношение не само към физическия свят, но и към сърдечния и умствения. То е резултат на действието на висшите закони.“ [137]

Пример за ролята на светлия ум, подтика на сърцето, силата на волята и наличието на интензивна мисъл е английският физик Хоукинг. Той заболял от неизлечима болест и можел да просъществува само няколко години, а вече живее над 20 години, тъй като работи интензивно мислено, със силно желание и воля да открие и докаже единната теория на Айнщайн. Силата на волята и мисълта забавят развитието на болестта му и той има възможност да твори умствено, въпреки че не може да се движи и говори. [238]

„Човек със силна мисъл може да влезе при болни от чума, от холера и да излезе здрав и читав. От страх човек може да заболее без никакви бацили.“ [20]

„Ако мислите на човека не са хармонични, те правят лицето му несиметрично.“ [20]

„Еднообразните мисли и чувства създават ред страдания. Мисълта трябва да бъде разнообразна. Мисълта на идейния човек е разнообразна.“ [20]

„Хората на идейната и светла мисъл са с хармонични черти на тялото. При тях преобладава интелектът, но не и чувствата.

Слабият, сухият човек повече мисли, а пълният — повече чувства. Философите, критиците са повече слаби, сухи хора. Значи, ако човек се постави при благоприятни условия за развитие на своя ум, той ще има добре развито тяло.“ [20]

Чрез интензивна мисъл човек влияе не само на себе си, но и на близките и обкръжаващите го. Взаимозависимостта между мислите и желанията на хората в обществото е силно подчертана. Хората най-често подражават в мисли, желания, действия. Те живеят така, както го правят другите. Така е с тютюнопушенето, алкохолизма, разврата, изневярата, посещения на нощни заведения и т.н. Само с усилията на силна воля и здрав мироглед човек може да се отдалечи и отстрани от водовъртежа на чуждото влияние.

„В природата става кръстосване на мислите. Висшите съ-

щества влияят на човека, но и той им влияе. Човек влияе на по-нискостоящите от себе си, но и те му влияят. Затова, когато изучавате живота си, трябва да разграничавате мислите, да разбирате кои мисли идват отдолу и кои от горе, за да знаете как да ги обработвате.“ [18]

„Когато естественият ум, природният ум, разумът, моралните сили, личният и индивидуалният ум у човека функционират правилно, ние имаме правилно или нормално развит в умствено отношение човек.“ [16]

„Според живота на човека и дейността на неговия ум различаваме естествен, природен, разумен, морален, личен и индивидуален ум. Естественият ум се занимава с прости факти. Природния ум е творчески, събирателен. Разумът е висше проявление на умствените сили. Моралните сили на ума се изразяват в моралния живот на човека. Личните и индивидуалните сили на ума се изразяват в личния и индивидуалния живот на човека.

При естествения ум човек не чувства никакви страдания, никакви нещастия — нищо не може да го засегне. Той е дете на природата. При природния ум или живот човек започва да твори, да събира и природата вече започва да му иска сметка за всичко сторено. В природния ум се намира подсъзнанието. На трето място идва разумният живот, в който влиза самосъзнанието. Моралният живот на човека се отнася към една морална област, дето той е свързан със същества, които по развитието си седят по-високо от сегашните хора.“

„Дойдете ли до индивидуалния живот на човека, трябва да подразбирате това състояние, когато човек иска да се прояви като самостоятелно същество, като търси своето щастие, своето благо. Щом дойдете до личния живот на човека, той вече се проявява в обществото като личност.“ [16]

Тази поредица от степени на ума у човека ни подсказва духовното му развитие. Започва се от най-низшата степен — естествения ум, и се достига до хармонично развития човек — пълноценната личност. От друга страна, страданията в живота се възприемат различно в зависимост от интелектуалното развитие на ума. Естественият ум, този на детето на природата, не долавя неуспехите, неудачите и страданията като нещо ненормално и не страда от това. Високо моралният чо-

век изживява силно най-малките отклонения от нормата. А индивидуализираната и пълноценна личност, която се смята като всемогъща единица, е склонна да промени разумните условия на живота.

„Докато умът на човека работи, той е свободен. Дойдат ли желанията, той им става роб, не може вече правилно да мисли, загубва своята свобода. Човек може да бъде свободен само при една чиста, права мисъл.“ [17]

„Когато умът на човека е силно развит, се забелязват вълни, които се отразяват по цялото му тяло и оставят известни оттенъци. Това са течения, които идват от живата природа, минават през ума на човека, през гръбначния му стълб и слизат надолу. В човека постоянно циркулират два вида течения: отгоре надолу и отдолу нагоре.“ [16]

Мисълта е свързана винаги със силна дейност на нервната система и с излъчването на електромагнитни пълнежи. В зависимост от вида на мисловната дейност — положителна или отрицателна, тези течения са противоположни — отгоре надолу или отдолу нагоре.

„У художниците и музикантите природният ум е силно развит, защото музиката спада в областта на природния ум. Математиката спада в областта на естествения ум. Тя представлява корените на музиката. Върху музиката се гради въображението — област, на която трябва да се даде ново име. Аз я наричам гениалността у човека. Гениалният човек изразява само онова, което живата разумна природа е създала, сътворила. Той е огледало на тази природа. Въображението у човека и гениалността са почвата, върху която се създават най-хубавите, най-красивите неща в живота.“ [16]

Дънов ни представя интересно съотношение между степените на ума и интелектуалните изяви на човека. Хората на изкуствата са със силно развит природен ум, докато при математиците се наблюдава естествен ум, т.е. умът на неопетнено дете, ненакърнено от условностите на живота. Защо? Защото математиката, както днес се доказва, лежи в основата на всички науки, изкуства, природни закони и в законите на всемира. Затова Дънов казва, че математиката представлява корените на музиката. Въображението се причислява към гениалността, тъй като е израз на самосъзнанието, т.е. най-висшето

духовно състояние, при което човешкият дух обхваща целостта на живота. Затова и гениалният човек е огледало на природата, той чрез въображението си прониква в най-съкровените закономерности на природата и може да ги изрази. Така Айнщайн, както сам отбелязва, е дошъл до идеята за теорията на относителността чрез своето силно и необременено с условности въображение.

Но степените на ума носят и свои задължения към човека. В зависимост от развитието на ума от хората се изисква и разумен живот, в противен случай грешките се наказват степенувано. „Ако направиш една малка грешка в естествения ум, природата ще ти напомни само, леко ще те накаже, като ти изпрати слаба хрема. Ако сгрешиш в природния ум, тя ще ти изпрати треска, придружена с висока температура. Ако сгрешиш в разума (ако грешката ти е в разума), тя ще ти изпрати болест като коремен тиф или петнист тиф. Колкото по-нагоре се качваш и грешиш, толкова болестите, които природата ти праща, са по-лоши. Ако грешиш при моралните чувства, ще страдаш от ужасна неврастения, каквато медицината не познава. Ако грешиш в личните чувства, много ще се дразниш. Тогава Сатурн ще има влияние над тебе и ти ще виждаш само отрицателните, обратните черти на живота. И най-после, ако грешиш в индивидуалния живот, няма да постигнеш нищо от това, което желаеш.“ [16]

Разбира се, тук Дънов е използвал като наказание болестите, които по време на 1925 г. са били актуални и застрашаващи живота на хората. Важно е да се схване, че в зависимост от степента на своето развитие човек получава страдания, които се обострят и утежняват паралелно с неговия духовен ръст.

„Мислите и чувствата определят типа и характера на човека. Например венериният тип е кръглолик, жизнерадостен, разположен. Сатурновият тип има продълговато лице с тъмен цвят, хлътнали очи. Той е повече недоволен, песимист, не намира смисъл в живота.“ [155] „Колкото по-високо стои човек, толкова повече светлина излъчва. Нещо меко, приятно излиза от него. За такъв човек се казва, че е магнетичен, действа добре върху ума и сърцето на окръжаващите.“ [155] „Неразположението, скръбта, недоволството произлизат винаги, когато съществува дисхармония между две съзнания,

които са свързани заедно, а се стремят към две противоположни посоки. Вземете например човешкия ум и човешкото сърце." [6] „Разумните сили, които са образували човешкото сърце, седят по-високо от силите, които са образували ума. В това отношение човешкото сърце е образувано от херувимите и серафимите — съществата на любовта, които стоят по-високо от ангелите. Обаче в човешкия живот умът заема по-високо място, отколкото сърцето. Умът обективно се занимава с материята. Той се занимава с външната страна на живота. И действително, при сегашните условия и стадии на развитие, в които се намираме, по-добре е да ви направлява умът, отколкото сърцето." [7] „Когато светът на чувствата у човека се увеличава или усилва, едновременно с това в него отслабва умственият свят. И обратно — когато умственият свят в човека се увеличава, светът на чувствата в него намалява." [3] „Волята е в състояние да регулира силите на ума и сърцето в човека." [3] „Нормален човек е само онзи, в който умът, сърцето и тялото са в хармония." [56]

Решаваща в случая е волята. Чувствата в повечето случаи надделяват у хората, поради което те са капризни, неспокойни, свадливи, избухливи и трудно се сработват с другите. Умът може да е добре развит, но когато чувствата са силно изразени, той остава на заден план. Като регулатор на взаимоотношенията между ума, разума и чувствата стои волята. При силна и действена воля човек може да потиска чувствата си и да дава възможност повече на ума да действа. Той е анализатор, гледа реално на събитията и съвместно с волята може да помогне на човека да избегне много неудачи в живота.

„Ако ви нападнат тъмни, мрачни мисли и желания, кажете си: „Това неразположение не е мое. Това се дължи на „гостите" в мене." [1] „Меланхолията, която идва, произтича от личните чувства на човека." „Кашлицата показва, че в умствения свят има дисхармонични мисли. Всякога, когато хората страдат епидемически от кашлица, има обща дисхармония." [56]

„Много често хората избират не онова, което разумът диктува, а онова, към което страстите ги влекат. Страстите обаче са слепи и неразумни." [36]

Видно е колко тясно е свързано състоянието на тялото, неговата физиология, заболяванията му с качествата и проявите на ума, сърцето, волята, мисълта и вярата. Това са ежедневни изяви у човека, които действат постоянно върху състоянието на тялото. Дънов казва: „Добрите чувства имат връзка с кръвообращението. Мисълта е основата, чувствата — вътъкът, а волята — совалката в делата и постъпките на хората". Дънов сравнява съмнението у човека с въздушната емболия за нервната система и смята, че когато чувствата у човека се противопоставят на мисълта и ума, тогава клетките ма тялото се индивидуализират и образуват туморите. Затова Дънов апелира за хармония между централната нервна система и симпатичната нервна система, които са израз на мисълта и чувствата, за да се осигури здрав божествен и телесен живот. Защото е достатъчно една мисъл, едно чувство или една постъпка да са взети с фалшив тон, за да се наруши хармонията ни. (*Из бележки на автора*.)

Дотук в повечето случаи разглеждахме отрицателното влияние на нарушените взаимоотношения между ума, сърцето, волята, мисълта и вярата. Но какво биха могли да направят те, когато са чисти, светли, хармонизирани? В тази насока има редица научни изследвания как положителните емоции влияят върху здравето на човека. Например смехът, доброто разположение могат съществено да повлияят на оздравителните процеси при болните. За такова наблюдение и изследване съобщава Патриция Лонг. Тя казва: „Ако страхът и отрицателните емоции могат да потиснат имунната система у човека, защо смехът и чувството на доверие и надежда да не могат да помогнат на лечението, даже да са фактор за продължаване на живота?"

Възможността мозъкът да може да влияе на имунната система стана причина да се затрудни психоневроимунулогията. Голяма част от изследванията в тази област са насочени към невротрансмитерите — химически вещества, които се отделят от мозъка и имунната система, както и някои нервни клетки, и бързо се пренасят и правят съобщения помежду си. Така още в началото на века такова вещество за първи път в науката бе открито от професор Льови от университета в Грац, Австрия. Това, наречено вагусово вещество,

или по състав ацетилхолин, се отделя от клетките на блуждаещия нерв (нервус вагус) и силно влияе на ритъма и дейността на сърцето.

Сърдечният, весел смях може да предизвика клетките на мозъка да спрат производството на потискащи имунната система вещества като например кортизона, или пък да стимулира отделянето на активатори като бета-ендорфин. При наблюдения на болни от рак, според някои изследвания, се наблюдава много по-нисък процент на смъртност, когато духът на болните е подготвен за борба и е силен, и обратното — много по-голям процент на смъртност, когато клетките изпаднат в състояние на безнадеждност и пасивност.

От друга страна, смехът причинява повишаване дейността на гладката мускулатура на тялото, поради което се получава по-голяма вентилация на белите дробове, равна на тази на физически упражнения. Затова Дънов казва: „Докато живеем в тялото си, ние сме във физическия свят, сърцето — в духовния, умът — в божествения. Ето защо всяка мисъл, която допускаме в себе си, трябва да е абсолютно чиста: същото е и с желанието и постъпките." [36]

„Вътре в човека всичко е разпределено с математическа точност. И щом тя съществува, силите на организма се уравновесяват взаимно и се образува онази хармония, която наричаме здраве." [36] „Първото нещо, което се забелязва и което прави впечатление в нашия организъм, е, че в него има ред, взаимност при общата дейност и хармония между всички работници, които познават своята работа много по-добре, отколкото ние нашата." [36] „Всеки орган има освен физиологическо още и психологическо значение. Например мозъкът определя мисълта на човека, дробовете — чувствата, стомахът — желанията му. Слезете ли по-надолу, в дебелите черва, там е адът на човека, неговите низши желания и стремежи. Там са последствията на низшия живот на човека." [108]

„За здравословното състояние на мозъка трябва да държим отговорни чувствата. Всяка мисъл носи за човека или благо, или отрова. Същото се отнася и до чувствата и желанията на човека." [142]

„Не може да имаш физически живот, ако нямаш духовен; не може да имаш духовен живот, ако нямаш умствен." [145]

С тези мисли на Дънов, които отразяват влиянието на душевния свят на човека върху здравето на тялото, завършваме този раздел. Явно е, че чувствата, мислите, волята и вярата влияят на нервната система, а оттук и на цялата физиология на организма. Те могат както да разстроят хармонията в тялото, така и да я възстановят. Това, разбира се, зависи от нашето съзнание, разум и знания. Но най-влиятелни са мисълта, волята и вярата. Мисълта ни прониква навсякъде. Тя се движи със скоростта на духа ни, който прониква цялото наше същество и може по този начин да се свърже с духовния свят, както и да диктува изцяло функциите на нашето тяло. В помощ на мисълта идва волята. Тя трябва да осигури упорство и постоянство при овладяване на добродетелите. Волята ще ни предпази от разколебаване. Вярата пък ще ни вдъхновява и подтиква към мъдростта и истината. Тя ще мобилизира жизнените сили на тялото ни.

1.4. Познай себе си

> *„Няма по-голямо изкуство от това да разбираш себе си, да влизаш в дълбочината на своето естество, да разбираш своя произход: причините на твоето съществуване, както и предназначението ти като човек, дошъл на земята.“ [88]*

Разгледахме накратко произхода на човека, значението на духа и душата за съвършенството на тялото и неговото здраве, също така ролята на ума, сърцето, волята, мисълта и вярата за поддържане на здравето. Но остава един въпрос, който най-много би ни интересувал и който би трябвало всеки един от нас да си задава. Къде сме ние самите в този ред от мисли и констатации? Дали духът и душата ни хармонизират на нашето собствено тяло, дали умът и сърцето, както волята, мисълта и вярата поддържат и възвръщат здравето ни?

Това са въпроси, които засягат всеки един от нас и които поставят другия въпрос — познаваме ли в дълбочина проявите и същината на нашето естество, за да можем да си отговорим на горните въпроси. Малцина за съжаление са тези,

които са се занимавали с този проблем. Всеки живее подсъзнателно в очакване нещата в живота да се уреждат от само себе си. А още по-малко се занимаваме с естеството на собственото си съществуване, за да можем да регулираме здравето си. Естествено е, че ако нищо не знаем за себе си, ще бъдем като кораб, люшкан от вълните на ежедневния живот и оставени по този начин на шансовете да изживяваме корабокрушение след корабокрушение. Но нека се занимаем с този въпрос — познай себе си.

„Попитали Сократ: „Кое е най-лесното нещо?“ „Да поучаваш другите“ — отговорил мъдрецът. „А кое е най трудното?“ „Да познаеш себе си.“ [270] Дънов допълва: „Някои мислят, че е проста работа да се занимава човек със своите мисли и желания. Не само, че не е проста работа, но е една от най-важните. Ако със себе си не се занимава човек и ако себе си не изучава, с чуждите ли работи ще се занимава?“ [60]

„Който е минал през нечистотиите и съблазните на живота и е запазил чистотата си, той може да се нарече ученик.“ [52]

Ето критериите за ученичеството и чистотата на човека: Да познаваш себе си и да запазиш чистотата през целия си живот! Висока взискателност от страна на Дънов, но явно, че не може другояче. Не може да се занимаваме с нечистотиите на другите, а самите ние да сме повече омърсени. Не можем да даваме съвети, когато не познаваме самите себе си и не можем сами да си помогнем.

„Повлечен от вихъра на една сила, изтощен от всекидневния си индивидуален и нецелесъобразен живот и залъгван от непонятните за него неща, човек потъва в обятията на материята и остава с протегнати ръце към небесния простор. Времето си остава вечен свидетел на една и съща трагедия: човечеството се стреми към нещо ново, но винаги по стар път.“ [203]

Дънов казва: „Една дълбока склонност у човека е да взема инстинктивно онова направление, което съвпада с животинското течение на природата, чиято стихия влече всичко без разлика в една и съща посока.“ [36]

Но в какво се крие основната слабост в живота? Отговорът е: „Трябва да знаете, че чувствата всякога заробват човека. За да се освободи той от робството си, трябва съзнателно да работи върху себе си.“ [17]

„Човек трябва да се пази от отрицателни качества, защото те изсушават източниците на живота. Те спъват еволюцията, не му дават възможност да реализира своите желания.“ [20] „Не е лесно да се справи човек със своя двойствен живот. Всеки живее освен външен още и вътрешен, затворен живот, окръжен от своите мисли, чувства, постъпки, с никого несподелени.“ [21] „Преди всичко, човек трябва да се запита живее ли всъщност, или не. Да живее човек, във висок смисъл на думата, това значи винаги да има будно съзнание. Следователно само онзи човек живее, на когото съзнанието никога не се прекъсва.“ [22]

Да не се прекъсва съзнанието на човека, да е винаги будно това съзнание, значи цялото му ежедневие да минава и да се извършва под контрола на светла мисъл, чист разум и силна воля. Нека се опитаме да проследим съзнателно нашия ден, нашето ежеминутно проявление в средата, в която живеем и се движим. Ще видим, че съзнанието, мисълта и разсъдъкът ни не след дълго, без да усетим, се прекъсват и по-нататък проявите ни са вече несъзнателни, по силата на навика или подражанието. Така е например с най-обикновените ни физиологични функции: дишане, хранене, ходене, възприемане на околната среда, действия в професията и т.н. А неудачите идват именно от това, че сме изпуснали съзнателния контрол, т.е. участието на разума и мисълта, а още повече липсата на воля да се откажем и да отблъснем наши лоши навици.

Нима човек мисли и контролира ритъма и качеството на съня си, състава на храната си, мисли и следи ли чистотата на въздуха, който вкарва в дробовете си, следи ли движението си (дали е спокойно и правилно), как реагира на ситуациите, които го спохождат и т.н. Под натиска на необуздани чувства и вкоренени навици ние сме склонни да вършим неща, които никак не са подходящи за нашето здраве и настроение.

„Задачата на всеки човек е да разбира своите мисли и чувства, да знае какво отношение съществува между тях, за да може разумно да се ползува от енергията, която те съдържат. Една лоша и една добра мисъл могат да уравновесят енергиите си. Следователно, ако една лоша мисъл влезе в ума, не се борете с нея, за да я изхвърлите навън, а веднага поставете срещу нея една добра мисъл.“ [44]

Лошите мисли и желания у хората са толкова натрапчиви, че малцина са тези, които могат лесно да се освободят от тях. Но независимо от това при лошо настроение и лоши мисли сме склонни бързо да реагираме и действаме. Едва като настъпят лошите последствия от необмислените ни действия, виждаме, че лошо сме мислили и ненужно сме удовлетворявали дадено желание. Натрапчивите лоши мисли и желания създават нервност, безсъние, лош апетит, липса на желание за работа и творчество и др. Тук Дънов препоръчва да не противодействаме, да не се борим, но и да не се поддаваме на тези мисли. Трябва да не бързаме, а да намерим противодействаща добра мисъл и желание. Да опитаме. Трябва да се въздържаме преди всяко действие. Не случайно народът казва: „Три пъти мери, един път режи". Бързата реакция ни увлича и тогава често бъркаме.

„Действайте сами, но същевременно употребявайте вашия ум, вашето сърце и воля. Чрез тях ще регулирате темперамента си, стомаха, нервната система, кръвообращението, костната система, за да бъдете един здрав човек, способен за живот, а не истерик, който се заблуждава от всичко мимолетно, минало край него." [63]

„За да разберете вашия ум, вашето сърце и вашата воля, необходимо е познаването на четирите темперамента: умствен, или нервен, който има отношение към мозъка; сангвиничен, който има отношение към белите дробове, към дихателната система; холеричен, имащ отношение към мускулната и костна система и флегматичен — към стомашната система." [60]

„И тъй, физическите болести и моралните страдания в човека, това са все упражнения на холеричния темперамент в живота ни. Изобщо, природата не търпи абсолютно никакъв излишък в организма. И всички страдания на съвременните хора се дължат все на тия излишъци, все на неразбирането на живота." [63]

Всеки човек носи, малко или много, качествата на отделните темпераменти. Не трябва да търсим непременно чистия темперамент. В проявите си можем да бъдем както холерици, така и флегматици. Състоянието ни зависи и от външните фактори, а не само от самите нас. Затова трябва да обмисляме ситуациите, преди да реагираме и да вземем решение.

„Понеже човек е отражение на макрокосмоса, растенето му се определя от известни величини в природата. В пътя на растенето си човек трябва да се наблюдава, да изучава своите желания, своите импулси, да знае от какво естество са те и от какъв източник произлизат.“ [93]

Себеизучаването има смисъл, тъй като много от навиците, вижданията, схващанията и представите си получаваме от близки, познати, от училището и т.н. и те не са наши. Ние подражаваме, без да сме вникнали в смисъла и съдържанието им, а заученото е старо, неактуално. Животът и светът се изменят и развиват всеки миг, всеки ден и година и нашите знания и представи също трябва да се променят съобразно условията, които ни се предлагат. Затова трябва да се освободим от старото, което ни ограничава. Трябва да търсим и да приемаме новото. Така няма да изпадаме в противоречие с живота. „Като изучава човек себе си, той дохожда до познаване на вътрешния и външния свят. Той разбира какво може да възприема от различните светове. Например, ако възприема нещата чрез черния си дроб, той се свързва с низшия свят. Ако ги възприема чрез сърцето си, той се свързва с човешкия свят. Най-после, ако ги възприема чрез мозъка си, той се свързва с възвишения свят, със света на мисълта. Мисълта е божественият свят у човека“."Човек, у когото Божественото живее, може да направи това, което и учените не могат да направят. Той носи в себе си животворното електричество и магнетизъм, с които може да прави чудеса. Достатъчно е този човек да се приближи до леглото на болния, за да може последният да стане от леглото си и да оздравее.“ [104]

„Не е лошо да боледува човек, но трябва да знае за какво именно боледува. Като се разболее, човек има условия да работи над себе си, да се изправи. Който има силна вяра, той лесно се справя с мъчнотиите, с болестите и страданията. Той знае кои неща са негови и кои наследствени.“ [104] Но малцина са тези, които се замислят защо са се разболели. Те не виждат или не искат да признаят грешките си, не се замислят как са се отнасяли към тялото си. То в повечето случаи се използува за задоволяване на прищевките и капризите на хората. А човек трябва да знае, че каквото става в тялото му, това е и в душата му.

„Външната страна на човека определя неговата вътрешност. Това показва, че между външния и вътрешен свят има съотношение." [121]

„Не е достатъчно човек само да вярва, той трябва и да изпълнява. Между думите и делата на хората трябва да има единство." [119]

Хората често се гордеят със своята вяра. Но каква вяра е тя? Вяра на хора, които чакат да им се помогне, призовават Всевишния на помощ, без да се заемат сами да оправят недъзите в характера и постъпките си, вяра без дела, за да се тръгне по правилен път.

„Докато не очисти съзнанието си от всички примеси и заблуждения на миналото, човек не може да бъде щастлив." [107]
„Мнозина от вас боледуват и се страхуват да не им се случи нещо лошо. Няма защо да се страхувате. Болестите са задачи за разрешаване. Животът е пълен със задачи." [82]

Повечето хора, когато боледуват, намират причина във физическата си същност. Не разбират, че те душевно и духовно не схващат правилно живота и живеят така, че сами навреждат на тялото си. Склонни са да се откажат от тялото, за да могат да постигнат духовно израстване. Но Дънов казва: „Някои съвременни хора цитират стиха: „Трябва да унищожим плътта, защото тя се противопоставя на Духа." Не, не трябва да унищожавате плътта или пък да премахнете Духа, защото Духът и плътта са два елемента в Божествения свят, необходим за развитието на човешката душа и на човешкия ум. Тук няма вътрешен антагонизъм и вътрешен спор. Спорът е само за условията, при които се намират Духът и плътта." [38]

Ако дадем предимство в живота на плътта, разбира се, че духът ще е пренебрегнат и няма да може да се прояви. И обратното, ако дадем изключителни предимства на духа, ние губим връзката с физическия свят и духът не може да ползува благоприятните условия на живота, за да набере опит. Следователно тук, на земята, духът и плътта взаимно се допълват и подпомагат, стига да им създадем разумни условия, а не да ги използуваме само за удоволствия.

„Човек представлява един малък свят, микрокосмос. Да познаеш човека, това значи да познаваш цялата вселена, големия свят — макрокосмоса." [19]

Човек носи в себе си заложени силите и законите на вселената. Той отговаря на плана на макрокосмоса. Но в него е заложен и планът на „архитекта“ — Духа, поради което той носи белезите и на духовния свят. Ето защо понякога е трудно да се разграничи кое е от физическия и кое е от духовния свят. От друга страна, много често нашите настроения и състояния са продиктувани от промените в околната природа. „Настроенията на човека се дължат и на физическите условия, т.е. на промени, които стават в самата природа. Известно е, че човек се намира под влиянието на природните сили. Те определят неговите настроения и състояния на прилив и отлив.“ [19] Ние говорихме вече, че дневният ритъм — ден и нощ, годишните цикли — лято, есен, зима и пролет; циклите на Луната и слънчевата активност, метеорологичните условия (по Де Рудер [79]) или пък, още по-важно, активността на космическите силови течения и тези на земята (по Лаковски [279]), са фактори, които влияят на физиологията, физическото състояние и психическото настроение на човека. Напоследък се съобщава за сериозни проучвания (сп. „Природа и человек“ [271]) на влиянието на геопатогенни зони на земната повърхност. Във ФРГ, Чехия, САЩ и СССР са отбелязани зони, при които земните излъчвания са поляризирани и с дължина на вълната 21 см, равна на молекулярния водород — един от активните компоненти на слънчевото излъчване. По статистически данни в такива зони хората заболяват по-често, а също и умират по-често от злокачествени образувания. В такива зони обучението на децата е затруднено, а по автомагистралите им стават най-често тежки автомобилни катастрофи. Явно, че Земята като планетарно образувание има полиморфна структура и подреденост, които възникват под влияние на космически сили, гравитационни и магнитни полета. [271]

Още през 1932 г. Лаковски [279] прави анализ на заболеваемостта на населението на гр. Париж и установява, че разпространението на злокачествените тумори у населението е в зависимост от подземните съставки на почвата.

„Защо боледуват хората? Причината за това е, че човек влиза в известна среда, която не е за него.“ [11] Но средата, в която попадаме, може да е създадена от физическите природни сили, а може да е отражение на състоянието на хората, с кои-

то общуваме. Всеки човек има своеобразна жизнена биосфера около себе си. Ако тя е хармонична, ако резонира положително на неговите нормални жизнени процеси, поддържането на физическото здраве не е проблем. Но ако тази сфера е дисхармонична, ако тя не резонира нормално на физиката му, човек губи както психическо, така и физическо равновесие. Затова Дънов казва: „Аурата на човека е естествена преграда. Никой няма право да влиза без позволение в аурата на когото и да е. Дойде ли някой до вас, той трябва да седи на 50-70 см разстояние. Наруши ли това разстояние, приближи ли се много до вас, той създава дисхармония в отношенията." [20] Но в края на краищата всичко зависи пак от самите нас. Ако познаваме добре себе си и целия си комплекс от физически и духовни възможности, можем да посрещнем всички изненади и условности и да им противодействаме. Затова именно Дънов казва,че на физическия свят човек трябва първо да изучи себе си. Трябва да изучим и микробиосферата около себе си, за да знаем как да реагираме. Ако от едно лошо преживяване не добием сила, то не сме научили доброто.

Много знания се изискват в живота, за да можем да се изучаваме всеки момент. Но и тук често грешим, защото най-често се интересуваме само от физическата страна на живота, без да разбираме вътрешния си свят. Най-трудни са взаимоотношенията между жената и мъжа, затова Дънов казва: „Жената трябва да гледа на мъжа като на брат, а мъжът на жената — като на сестра, за да могат взаимно да работят и да свършат дадената им работа." [110]

„Ще кажете, че женените не могат да бъдат чисти. Не е така. Колкото нежененият може да бъде чист, толкова и женения." [52]

Но кои са най-често срещаните наши пороци?

„Сега ето пороците: 1) Между вас има завист, едно, което препятства. 2) Между вас има бели лъжи. 3) Между вас има леност. 4) После, никога не гледате с добро око на другите." [55]

„Много ученици в школата са се индивидуализирали, всеки мисли само за себе си, за никого не се интересува, очаква само да дойде Царството Божие на земята. Така живеят животните." [75]

„По-трудно учение е служене на ближния, а най-трудно е служенето на себе си. Да служиш на себе си, значи да влезеш в един напълно неуреден свят, дето ти минаваш за господар, който поема всички грижи за уреждането на този свят. Въпреки това човек започва живота си с най-трудното учение — служене на себе си. От хиляди години насам той изучава това учение и още не го е научил.“ [73] „Вие трябва да започнете да обуздавате всички животни в себе си“. „Животните и растенията, които съществуват на земята, представляват човека, разложен на неговите съставни части.“ [10]

Дънов ни подсказва, че ако сами не можем да анализираме себе си, било то физически или духовно, то трябва да използуваме за пример растителното или животинското царство. Няма отрицателна проява в животните, която да не съществува и у човека. Стимула към растеж сме взаимствали от растенията. Красотата, към която се стремим, намираме у цветята и птиците. „Каквото е облеклото, такъв е и човекът. Изкуството е да знаеш как да се обличаш.“ [158] „Красотата е необходима и във физическия свят, и в духовния, и в Божествения свят. Да бъде човек красиво облечен, това не значи да следва модата. Модното облекло не всякога е красиво. Красива дреха е онази, гънките на която съвпадат с тези на тялото. Обличането, сядането, движенията на човека оказват влияние върху проявите на неговия характер.“ [21]

Взаимовръзките и хармонията между хората е също така съществен фактор за духовното и физическо здраве.

„За да се разбират, хората трябва да се допълват в темпераментите си. Например сангвиникът се допълва добре от флегматика. Сангвиничният темперамент е въздухообразен, а флегматичният — воден. Холеричният темперамент съдържа повече въглеводород, а нервният — повече кислород.“ [21]

Какъв извод може да се направи от досега разгледаните ситуации в живота на човека? Всичко зависи от нашия ум, сърце и воля. Това са всекидневните фактори, с които се изявяваме и чрез които изучаваме средата, в която живеем. „Както човек има тяло, нагодено за физическия свят, така има и чувства — за духовния, и мисли — за Божествения свят. Тялото, умът и сърцето са инструментите, чрез които човек може да се прояви в трите свята. Няма ли ги тези инструменти, той не

може да се прояви в нито един свят." [45] „Преди да измени характера си, човек трябва да е познал себе си. Засега познаването на себе си е задача на мъдреца. Само мъдрецът познава себе си." [145] Макар и недостъпно за всеки, себепознаването трябва да бъде една от първите задачи на човека. В противен случай не може да се осъществи духовен растеж.

„Помнете следното: никога не казвайте, че онова, което вие мислите, е най-право. Никой човек не може да бъде мярка за другите. Всеки може да е абсолютна мярка за себе си, но не и за другите." [139]

„Всички процеси, които стават в човешкия живот — хранене, дишане, пиене на вода, мислене, чувствуване, представляват непрекъсната верига. Те се подчиняват на един и същ закон и взаимно си съдействат." [145] Но трябва да не забравяме, че цялата тази верига е строго специфична за всеки един от нас. Не може да се прави пълно сравнение между процесите на един човек с тези на друг човек. Те са сходни, близки, но не еднозначни. Както външният вид не се покрива с външността на никой друг човек на земята, така и цялата поредица от процеси от тялото и душата са строго специфични за всеки индивид. Затова е нужно да се изучаваме и проучваме себе си както външно, така и вътрешно. Образите на другите или проявите им могат да ни подсказват, но не и напълно да ни уверяват, че сме еднакви с тях.

„Първото лице на човека е неговото чело — разумното, Божественото начало. Второто лице са неговите очи и неговият нос, чрез които той е свързан с ангелския свят. Третото лице е неговата брада и уста." [146] „Любовта, мъдростта и истината, т.е. устата, ушите и очите, са трите стълба в живота на човека. Това, което той яде, е любов. Това, което чува, е мъдрост. Това, което вижда, е истина. Ако с устата си човек не може да намери любовта, устата му не е на място. Ако с ушите си не може да намери истината, и те не са на място." [146]

Ако се замислим, ще видим, че на физическото поле устата приема храната, която е продукт на любовта. Всичко живо в биосферата на земята е продукт на щедростта, на любовта, на саможертвата и благодатта на слънцето. Устата е и орган на духовната ни изява, на нашата лична любов. Чрез

устата можем да изразим ласките си, най-благите, най-любвеобилните думи към ближния. Ако не можем да извършим това, устата ни не е на мястото си. Слухът ни долавя изявите на другите, звукове на природата и всичко живо. Слухът ни е даден да долавяме всичко добро и да сме глухи за изреченото зло, да долавяме музиката и Божественото слово — мъдростта. Ако слухът ни не може да стори това, той не е на мястото си. Окото от своя страна маркира с помощта на светлината реалния свят, действителността и истината, изразени на земята. Това, което Бог е сътворил, е за наша поука и знание. Затова самата истина е пред нас и ние можем да ѝ се радваме и да я приемем. Но човек има и едно по-висше сетиво, което всеки притежава, но не всеки долавя и използува. Това е интуицията. Тя може да ни предскаже както настоящето, така и бъдещето, и миналото, доброто и злото. Тя може да ни напътства и ръководи, стига само да ѝ се доверяваме. „Ето защо интуицията разрешава лесно въпросите — понеже при нея вземат участие и мисълта, и чувството. Когато под слънчевия възел, т.е. под лъжичката, изпитваш приятност, ти си на прав път. Слънчевият възел е старата столица на човешкия дух.“ [135] „Очите говорят, както и устата. Вие още не сте изучили това изкуство да разбирате човека и да разговаряте с него по очите. Чрез очите хората могат да говорят и да слушат. Това се отнася до проявите на любовта. Очите са език на любовта.“ [77] Хората казват: „Любов от пръв поглед“. Окото може мигновено да изрази чувствата на човека. То е огледало, прозорец на човешката душа.

Характерът на хората може да се изучава и по тяхната кожа. Толкова силно е отразен духовният свят в човешкото тяло. „Кожата на добрия човек има повече клетки, отколкото кожата на престъпника. Нервната система на добрия човек има повече разклонения, повече образувания и е по-фина материя. У лошия човек нервната система е първообразна и с по-малко разклонения. Същото се отнася и до артериалната и венозна система. Същото е и с гънките на неговия мозък. В мозъка на добрия човек има повече клетки, отколкото у лошия. Пръстите на лошия човек са съвсем отъпени, той не е тъй чувствителен, както добрият. В клетките на неговия език, на неговия нос също става известно затъпяване.“ [57]

„Енергията на дясната половина на мозъка минава в лявата, затова съвременният човек мисли с лявата половина на своя мозък. Тази е причината за асиметрията на човешкото лице. Като се вгледате внимателно, виждате, че двете страни — лявата и дясната, не са еднакво развити. Това различие се забелязва и в очите, и в ушите, и в устата, и в ръцете — в цялото тяло.“ [126] Съвременните енцефалографски изследвания потвърждават тези твърдения на Дънов. Например при положителни емоции лявото полукълбо на главния мозък е по-активно и то във фронтовата му област, при отрицателни емоции по-активни са десните дялове.

„Тялото е създадено за главата, главата — за дробовете, а дробовете — за стомаха. Главата е Бог, дробовете са ангелите, а стомахът сме ние. Най-после има и друг свят — светът на дебелите черва и тънките черва. Това е чистилището, адът. Червата съставляват ада у човека, дето живеят всички паднали и грешни духове, всички демони.“ [96] Тези аналогии трябва да се преосмислят. Главата у човека ръководи цялото тяло, затова е представителка на Всевишния. Дробовете са ангелският свят, тъй като представят мисълта, в близка връзка с главата. Стомахът сме ние, тъй като изцяло сме в обсега на физическия свят, където чувствата властват над всичко.

„Едни от най-необходимите морални качества на човека са добродетелите. Без тях не може да се създаде среда, атмосфера за правилно развитие на земята. Затова човек трябва да се стреми да развива и укрепва добродетелите“. Без доброто човек не може да бъде интелигентен, не може да бъде и морален. Доброто е мярка на нещата. Доброто прави човека свободен в отношенията му с хората, а същевременно му дава разположение за работа.“ [107]

„Дето любовта отсъства, там никакъв живот не съществува. Докато близките ви желаят да живеете, вие ще живеете. Щом те пожелаят да умрете, вие загубвате живота си. Това е един от вътрешните закони на Битието. Като знаете това, дръжте връзките си с Бога“. [107] Ние казахме,че животът в биосферата на земята е взаимозависим. При хората връзката между роднините и познатите е силно подчертана. Добрите обноски, мисли и пожелания, от страна на най-близките

ни хора, са от съществено значение за здравето и благоденствието ни. Духовната връзка не трябва да се подценява.

„Както правилно възприетата и добре обработена от организма храна прави човека здрав, така и правилно възприетото и обработено добро го прави здрав. Това, което човек не може да възприеме и да асимилира в себе си, е грях, нечистота, зло. Когато организмът асимилира напълно и правилно приетата храна, човек се радва. Когато не може да я асимилира както трябва, той страда и гледа час по-скоро да се освободи от нея. Това е злото у човека. Казано е, че човекът е едновременно фабрика и на доброто, и на злото. Ако той днес не разбира това, някога ще го разбере. За да бъде добър на земята, човек трябва да яде малко. Тази е философията на живота.“ [119] Такава алегорична мисъл трябва да се схване правилно. Философията на живота тук, на земята, се състои в умереност и смирение; малко да възприемаме, но добре да го усвояваме. Лакомията и алчността водят до пресищане и недобро усвояване. Човек трябва да „приема“ толкова, колкото може разумно да оползотвори. Задръстването води до психически и физиологически страдания. Радостта съществува тогава, когато получим наслада от приетото и усвоеното.

„Ние казваме: човек трябва да употребява такава храна, която доставя необходимите елементи на организма, която продължава живота и го прави приятен, която помага за развитието на неговите добродетели. Когато употребява месна храна, човек приема от животните такива неестествени енергии и елементи за своя организъм, за освобождаването на които се изискват стотици и хиляди години чист живот. Чистотата на живота седи в човешките мисли, чувства и постъпки.“ [108]

Трябва задълбочено да се самоизучаваме, самоанализираме и опознаваме, а колко трудно всъщност се постига това. Не работим ли постоянно и упорито, неудачите, болестите и страданията са неизбежни. Познавайки себе си, можем лесно и навреме да отбегнем грешните постъпки. А това ще осигури нашето здраве и благоденствие. Самоизучаването трябва да започнем с тялото си — с неговата конструкция, организация, физиология и състояние. Нека се върнем пак към мислите на Сократ: „Кое е най-лесното нещо?“ „Да поучаваш другите.“ „А кое е най-трудното нещо?“ „Да познаеш себе си.“

[270] Това, „най-трудното“, е наша постоянна задача. Без да искаме животът изисква и ни принуждава да познаем себе си. За целта съществуват страданията. Изучим ли себе си, много лесно можем да осъществим идеала в живота — хармонично и добро здраве и духовно съвършенство.

1.5. Наука и знание за здравето

„Докато е на земята още, човек трябва да учи, да придобива знания, които да му послужат като средства за защита против смъртта. Една от задачите на човека е да придобие безсмъртие.“ [21]

Болшинството хора знаят доста за причините на заболяванията, от които страда човечеството, знаят лечебни методи и условия, при които могат да запазят доброто си здраве и въпреки това болестите се ширят и се появяват нови. Защо? Защото знанията ни са повърхностни. Хората не са дълбоко убедени в това, което знаят, тъй като са го научили автоматично от устата на другите, без да са получили лично знанието си, научно да се убедят в проблема на знанието. Знание, в което не сме дълбоко убедени, уверени и неколебливи, не ползува никого. Как ще си обясним, че има медицински работници и лекари, които пушат тютюн, пият алкохол като алкохолици или са наркомани? Явно знанието не е проникнало и не е заангажирало съзнанието им. Липсва вяра, липсва воля да се наложи режим, който да опазва здравето. От друга страна, мнозина окултисти не вярват в официалната наука и пренебрегват постиженията и препоръките. И какво става? Нито светските хора са на прав път, тъй като не вярват в собствените си знания, нито окултистите, тъй като се ограничават само с това, което узнават от окултната наука. Науката обаче е една и съща, независимо от кой източник идва.

„Много окултисти правят същата грешка, като искат да ликвидират науката... Те искат съвършено да отхвърлят официалната наука за себе си и да останат само с окултните знания. Обаче като започнат това да отхвърлят, онова да отхвърлят, виждат,че нищо не им остава.“ [1]

„Като ученици, вие трябва да изучавате окултната наука, но без да пренебрегвате официалната. Тя е предговор към окултната.“ [4] Следователно трябва да се учим от всичко и от всеки вид наука, тъй като във всички знания има рационално зрънце и истина. Дънов ползуваше постиженията на официалната наука, вземаше рационалното от нея и го препоръчваше в живота. Затова в съветите и беседите му има всичко. Неговият девиз бе: „Аз искам да ви предам една наука, от която може да се ползувате във всички случаи на живота си.“ [7]

„И тъй, учете, работете съзнателно, за да внесете в ума си нещо естествено, реално, а не само отвлечени идеи.“ [21] Този призив на Дънов е нееднократен. Той настойчиво искаше да има около себе си знаещи хора, убедени в реалността на живота и истината, изпълнени със знания за стойността на физическия живот на човека. Затова подтикваше към учение и самообразование всеки, който се обръщаше към него за съвет. „Истинският учен познава свойствата на различните видове материя и законите, които я управляват. Той познава и твърдата, и течната, и въздухообразната, и светлината и лесно се справя с тях.“ [184] Но за здравето се изисква знанието за нашето тяло, за условията, при които то ще се запази жизнено и здраво, знание за начина, по който ще подпомагаме силите му, и за начина, чрез който ще го свържем с жизнените сили на природата.

„Много лекари, много хора знаят физиологията на човека добре, знаят кои храни са полезни, кои са вредни и въпреки това живеят постарому. Те казват, че е вредно да се пуши, но сами пушат. Казват, че пиенето на спиртни напитки е вредно, но сами пият; яденето на месо е вредно, а сами ядат месо. Те имат знания, но когато дойде време да ги прилагат, да градят, не вършат това, което говорят и проповядват.“ [31] Явно, че хората не са убедени, не вярват, че физическият им живот е само едно стъпало към дълговечното им развитие, че сегашният им живот е основа на бъдещия. Здравето е тясно свързано с духовното състояние на човека, с неговия мироглед, с неговия интелект, с неговото съзнание и т.н. В това отношение римският философ Сенека казва: „Животът е достатъчно дълъг, предлага ни широки възможности за изпъл-

нение на най-великите задачи и замисли, но при условие, че целия сме го организирали добре...Тъй е: не е кратък животът, който получаваме, ние самите го съкращаваме, не бедняци сме, а прахосници на живота." [270] И още: „Животът на мъдрия обхваща простори, него не го обграждат житейските предели на останалите. Само той е свободен от ограниченията на човешкия род, нему като на бог служат всички епохи." [270]

Във всички времена, от съществуването на човечеството, мъдрият човек се е отличавал с почит и уважение, защото има наука в себе си, защото проповядва и вижда навсякъде истината. Той не е банален във всекидневието си, тъй като живее със същината на живота, а не с илюзиите.

„Светът е създаден с наука; хората живеят с наука, ходят с наука, спят с наука, ядат с наука. Умният човек живее с наука, а глупавият — без наука." [125] И Сенека продължава: „Мъдрият издържа на всичко и всички, тъй както издържа на зимния студ и на капризите на времето, на треската, болестите и други случайности; никого не оценява толкова благосклонно, че да изтълкуват деянията му като умишлени." [270] Мъдростта е съпроводена винаги с добродетели, които правят човека благ, тих, скромен, самокритичен, задълбочен в размислите си, почитащ всичко и всички. Но пътят към мъдростта минава през науката, и то наука, чиито извори идват от живата природа.

Както вече се спомена, мнозина се дистанцират от науката на съвременната цивилизация. Правилно ли е това?

„Ако не разполага човек със светско знание, не може да се домогне и до духовното, защото знанието, било то духовно или светско, почива върху едни и същи закони." [93] „Та казвам: човек трябва да изучава външно частите на своето тяло, за да разбере всички ония сили, които се крият в него. Това развива в човека една самоувереност да разработва в себе си всички свои дарби и способности." [83]

„Учението, което светът дава, то е предговор на Божественото учение. Затова аз препоръчвам на всеки да добие от светското знание, колкото се може повече. Ако светско нямаш, Божественото не можеш и да придобиеш. Ако светското ти е мъчно, Божественото е хиляди пъти по-мъчно." [64]

Знанието трябва да се асимилира, да се усвои и реализира съобразно условията и мирогледа на човека. Не трябва да се стига до догматизъм, тъй като такова знание не ползува никого. Освен това науката не тъпче на едно място, тя е динамична, вечно развиваща се сфера. Затова трябва да се търси най-близкото до истината и най-вече това, което отговаря на разумните и вечни природни закони. Дънов казва: „Мнозина се държат за науката сляпо, крачка напред не искат да направят самостоятелно, следствие на което към всичко се отнасят критически. Добре е, че поддържат науката, както учението, но те трябва да познават истинските учени, изворите на науката, на изкуството, на музиката." [74] „Разумният човек всичко изучава. Той разумно използува всички условия на живота: от всичко се учи, на всичко се радва и за всичко благодари. Като изучавате живота, едновременно с това да изучавате себе си, да изучавате всичко, което е вложено във вас. Има неща, които вие сам сте вложили в себе си, но има неща, които други са вложили във вас. Задачата ви се състои в това да разграничавате едните от другите заложби." [77] „Турете в ума си идеала да станете мъдреци, за да има нещо, което да ви радва. Правата и светла мисъл е достояние на мъдреците. Ако търсите истинското знание, ще го намерите в мъдростта; ако търсите възвишеното, ще го търсите в Любовта." [24] „Следователно, за да бъде здрав, за да съзнава, че е гражданин на великата природа, човек трябва да има широки схващания за живота, всеки момент да съзнава, че не живее и не умира за себе си." [42]

„Един ден, когато станете господари на тялото си, ще се домогнете до една велика наука, която ще разкрие разумните закони, които управляват човешкото тяло. Тази наука ще покаже какво представлява човек като физическо и духовно същество." [42]

Липсата на солидни знания и мъдрост прави хората духовно неустойчиви, лишени от правилен мироглед за живота, те стават индивидуалисти и обтягат отношенията си с другите, не хармонизират живота си, живеят ден за ден и неразумно изтощават жизнените си сили за низши удоволствия. От тази гледна точка трябва да кажем, че болестите имат преди всичко психическа предпоставка. Първо човек заболява ду-

шевно и след това физически. „Всяка болест се дължи на някаква духовна причина. Неправилните отношения между близките — майка и деца, братя и сестри, мъж и жена, причиняват болести. Те имат различен произход: физически, сърдечен и умствен." [24] „Като ученици, вие трябва да изучавате средата и условията, при които живеете. Без това знание не можете да се хармонизирате." [44]

„Умният човек се проявява в повече области, а разумният само в известни посоки. Интелектът пък обхваща повече обективните способности на човека. Интелектуалният човек не е много дълбок, но има ясен поглед върху природата. Той схваща нещата ясно. Разумният човек живее в причинния свят. В него причинността на нещата е силно развита. Той има силна логика, никога не прави криви изводи. Разумният може да изненада противника си, но никога не използува слабия." [44] „Мъдрецът познава законите на живота. Той е учен човек. Няма въпрос, който мъдрецът да не познава, не е от тези учени, които да разрешават въпроса на квадратурата на кръга." [44] А защо квадратурата на кръга? Защото кръгът няма измерение във физическия свят. Кръгът е проекция на безкрайността и не може да се вмести в мерките на третото измерение.

„Първата задача на науката е да даде такова знание, което да осигури здравето на човека." [48]

„Ползувайте се от науката, за да се справите с мъчнотиите си. За да постигнете това, никаква тъмнина не трябва да допускате в ума си." [45] „Всичко, което не можеш, трябва да го научиш. Това е смисълът на живота. Всичко, което не можеш, показва възможностите, които се крият в тебе." [63] Не трябва обаче да се обезсърчаваме, когато не ни достигат знания. Животът е пред нас и имаме възможност да догоним изостаналото. Въпросът е да се стремим към знание. Затова Дънов казва: „Всичко, което не можеш, трябва да го научиш". Знанието е човешка възможност и може да се усвои от всеки, стига това да желаем. Дънов допълва: „Не критикувайте, проучвайте всичко, а от чуждите грешки се поучавайте." [63] „Най-първо вие трябва да разберете физическия живот и ако него не разберете, духовният няма да ви е понятен. Ако не разберете видимото, близкото до вас, далечното няма да разберете никога. Ето защо най-напред трябва да започнете да

проучвате близките неща.“ [69] Философски погледнато, какво по-близко до нас има от нашето тяло? Още повече, че то е един микрокосмос и чрез него бихме научили нещо за макрокосмоса — Вселената.

„Онзи, който изучава биология, анатомия, физиология, като изучава всички процеси на тялото, трябва да проучи първоначално как е станало организирането на материята. Организирането значи съотношението на нещата, а не допиране на нещата. Когато говорим за организиране, разбираме, че само висшият разумен живот може да се организира. Дето има организация, там прониква разумен живот. Не може да има организиране там, дето няма разумност.“ [63] Ето до какви основни изводи могат да ни доведат естествознанието (биологията, анатомията и физиологията). Но да си представим,че сме овладели същността на човешкото естество — тяло, форма, конструкция, духовна същност. Като проникнем до най-големите подробности, какви закономерности и истини бихме разгадали? Дънов ни подсказва: „Тялото е резултат от човешкия дух. Човешкият дух е строител. От устройството на тялото се съди за духа на човека. Добре устроеното тяло говори за правилните усилия на човешкия дух.“ [77]

Но как да се домогнем до тези съществени познания? Дънов съветва: „Желая ви да започнете сериозно да изучавате беседите, но не както сте правили досега. Мнозина са започвали, малцина са издържали докрай. Някои работят усърдно, редовно само един месец и после напущат. Други работят два месеца, трети — три месеца, и т.н. Само неколцина са издържали до края на годината. Когато чета беседите, аз изучавам в тях това, което не съм казал. Следователно, колкото повече знае човек, толкова повече учи, понеже придобиването на знания е безкрайно.“ [81] „Ще прочетете всичките ми беседи и ще си извадите от тях бележки за по-главните мисли и закони. Важно е да видите какво положение могат да имат тия закони за всеки един от вас. Като вършите тази работа, ще ви посетят и по-напреднали братя. А аз ще присъствам при вас с една лампа.“ [69] „Много научни въпроси, които могат да ви ползуват, са обявени в моите беседи, но вие не ги изучавате както трябва. В беседите са дадени важни, специфични правила и методи, от които, ако

се приложат, и слепите биха прогледнали. Ако се заемете сериозно да изучавате беседите, вие щяхте да имате по четири очи: две отпред и две отзад. Като имате четири очи, всичко ще виждате.“ [81]

„Ако не си правите резюмета от лекциите и не вадите от тях поне една мисъл за приложение, вие ще приличате на затворени шишета със съдържание, което не се използува.“ [44]

Нужен ли е коментар за тези мисли на Дънов? Той ясно подсказва, че в беседите си ни е разкрил важни принципи и закони на живота, за човека, за природата, за света, за духовната същност на света и т.н., но не концентрирано. От всеки един от нас зависи дали ще прозрем това научно богатство и как ще го използуваме. Болшинството от учениците, а още повече светските хора, не намират и не прозират богатството, което ни е завещал Дънов. Липсата на знание води до липса на убеденост и вяра, а от това идва и липсата на напредък в духовното израстване. Дънов казва: „Аз даже не си правя илюзии, виждам, че когато проповядвам на хората любов, мнозина страдат, не разбират учението, а само се въодушевяват.“ [38] Да се въодушевяваш и да разбираш и вярваш в нещо, са две толкова различни състояния, че не могат да се сравняват. Въодушевлението е чувствено изживяване на нещо друго и видяно, а знанието и вярата са състояния на дълбока душевна убеденост в нещата, прозрение на истината. Липсата на знание и убеденост е причината малко да се прилага и използува от това, което Дънов ни е оставил. Но животът не е гладка повърхност, трябва да се изкачваме, понякога да слизаме, за което се искат знание и опитност. Животът е двулик, както материален, така и духовен, поради което трябва да го познаваме основно.

„Веднъж дошъл на земята, човек трябва да слиза и да се качва правилно. Той представлява съчетание на материалното и духовното, следствие на което ще се грижите еднакво и за двете свои естества.“ [20]

„Това, което днес ви проповядвам, е проста философия, която мъчно се прилага. Обаче приложите ли я, противоречията ви сами по себе си ще изчезнат, животът ви ще влезе в нова форма и вие ще кажете: „Животът има смисъл, струва си да се живее.“ [142]

„Всяка окултна наука, която принадлежи към великата наука на живота, има за цел да просвети човешкия ум и да облагороди човешкото сърце. Тя цели да внесе светлина в ума и топлина в сърцето като необходими условия за правилно развитие на човека.“ [83]

Дънов ясно е казал, че за да разберем себе си, се налага да започнем с изучаването на нещата от най-слабата, най-елементарната страна. Още повече, че нашият външен вид е отражение на онова вътрешно състояние, което от своя страна е резултат на миналия ни живот. А смисълът на живота е във вечната младост на душата (Дънов). По този начин, ако сме достатъчно учени хора, ще ползуваме за нашите знания всичко, което виждаме в природата (Дънов). Но все пак не трябва да забравяме, че докато физическият свят ни се предоставя в статично състояние (неподвижно, без съществена динамика), то духовният е в динамично. [Дънов,110] Затова сме пратени на земята, за да живеем и научим това и да придобием още много знания; ако не научим това, много още има да се огъваме. [Дънов, 179]

„Целта на тази школа е да ви даде методи и правила, да превърнете стария живот в нов, в нещо, което и алхимиците са проповядвали.“ [1]

„На окултния ученик не се позволява да пуши...Пушенето на тютюн, пиенето на алкохол (вино), психологически, всякога е свързано с известни недъзи на човешката психология.“ [55]

Дънов е категоричен, че всеки наш недъг, нашите низши навици и лошо поведение в живота са свързани с недъзи на душевния ни живот. А това се отразява и на външния ни вид, както и на физическото ни здраве.

„Ако наблюдавате човек, който обича да яде месо, ще видите, че лицето му има особен цвят...Следователно всички вътрешни мисли и чувства, които се крият в човека, са в състояние всеки момент да изменят израза на неговото лице.“ [2] „Мястото на духовната любов в човека е в гърдите. Не се ли проявява тази любов правилно, човек изпитва мъка, стеснения в гърдите. Тази мъка се дължи на дисхармония на чувствата... Причината се крие в съмнението.“ [181] „Гордостта се дължи на чрезмерното самочувствие в човека. Тщеславие-

то пък произтича от желанието му да има доброто мнение на хората, да бъде обичан от тях. Тщеславен е човекът на съвременната култура. Горделивият е точно обратно на тщеславния. Той не обича външно да се проявява.“ [3] „Забележете, че горделивите хора държат главите си вирнати (с приповдигната брада). Защото центърът на тежестта на мозъка им е повече в задната част на главата. У философите пък, които работят повече с предната част на мозъка си, центърът на тежестта на главата е повече в предната част. Затова именно философите ходят повече или по-малко с наведена напред глава. Те са всякога замислени. У религиозните хора енергията е натрупана повече в центъра, в горната част на главата, дето е религиозното чувство, вследствие на което те държат главата си изправено.“ [4] „Понеже мозъкът е свързан с всички части на тялото, каквото и поляризиране да става в неговите центрове, то веднага се отразява в съответните органи на тялото и по такъв начин те вземат участие в натрупване на енергии.“ [4]

„Всеки външен обект се отразява у човека, в неговия субективен свят. И всяко субективно преживяване на човека има свой външен израз.“ [4]

„На земята науката служи само за да свърже ума, сърцето и волята на човека в едно, т.е. да възстанови връзките помежду им.“ [4] Но науката не се овладява тъй лесно. Колкото повече израства човек, в интелектуално отношение, толкова по-големи са изпитанията и трудностите.

„Като проследите историята на човешкото развитие, ще видите, че най-великите и гениални хора, както и великите Учители на света, са били поставяни при най-неблагоприятни условия. Тяхното величие и гениалност се заключават в това, че са могли да превъзмогнат неблагоприятните условия. Всеки човек, който е бил поставен при добри условия на живот, в края на краищата всякога е пропадал.“ [4] Затова и гениалните хора, превъзмогвайки трудните условия, се отличават с находчивост, остроумие и мъдрост. Явно, че насила, т.е. наготово, знание и житейски опит не се придобиват. Човек трябва сам да си ги извоюва. Така е при лечението на болни. Тези, които участват съзнателно, с вяра и надежда в лечението си, се възстановяват по-бързо и след това вече не до-

пускат грешки, които са причинили заболяването им. Затова Дънов казва: „Преди да отваряш очите на слепите, ти трябва да ги научиш да обичат светлината; преди да отваряш ушите на глухите, трябва да ги научиш да обичат звуците; преди да лекуваш краката на хората, трябва да ги научиш да обичат движението и да знаят как да ходят.“ [153]

„Затова хората боледуват, по единствената причина, че природата ги спира в живота да дойдат до пълно съзнание, да се научат какво да правят.“ [158] „Когато човек се нервира, кръвта започва да се събира в задната част на главата, от това личните му чувства се развиват и той мяза на оса.“ [9] „В присъствието на онзи, който ви е приятен, вие чувствате една приятност, свободен сте. Вие чувствате свобода в сърцето, ума и волята.“ [9]

Хората са различни не само по характера си, но и по отношение на поляризацията — мъж и жена. Каква характеристика дава поляризацията? „В окултната наука под „женски принцип“ ние разбираме случай, когато пасивността на човека е отвън, а активността — отвътре. Когато казваме „мъжки принцип“, разбираме, че активността на човека е отвън, а пасивността му — отвътре. Сърцето е пасивно отвън, а умът — отвътре. Умът е опора на сърцето отвън, а сърцето е опора на ума отвътре.“ [10] По външните прояви и по организацията на средата, в която живее човек, може да се съди за неговия ум.

„Когато гледате къщата на един човек, прозорците ѝ, стаята му и всичко наоколо, по това вече съдим за неговата интелигентност.“ [10] Освен непосредствената среда, в която живеем, безпорядъкът или порядъкът, който поддържаме около себе си, също са израз на нашето съзнание, ум и интелигентност. Трябва да изучим порядъка в природата, тъй като макрокосмосът се отразява в микрокосмоса на формите и в нашето същество. „Затова най-първо ще изучавате закона на растенията, това са обществените чувства. Законът на животните, това са личните чувства, самият човек, това са моралните чувства.“ [10] Растителното царство ни показва пълната взаимозависимост на отделните форми една от друга. При животните има израз на лични чувства при постоянното преследване — дрязги и ежби. Тези чувства изграждат сферата на низшите емоции в астралното ни тяло.

„Ако не знае да трансформира енергиите на своите низши желания, човек може да заболее... Ето защо едновременно с анатомията и физиологията на физическото си тяло, човек трябва да изучава и анатомията и физиологията на астралното си тяло." [20]

„Като лъже, човек започва да се страхува, а този страх произвежда свиване на кръвоносните съдове, както и на тъканите. Причината за всички язвички в стомаха се крие все в лъжата." [20] Една от най-разпространените теории за причината за язвата в стомаха и дванадесетопръстника е именно тази за съдовите спазми. При тях лигавицата в този участък не може да се защити от разяждащото действие на стомашната киселина, тъй като не отделя защитна слуз. Съдовите спазми наблюдаваме при нервни разстройства и психическо подпушване у човека.И отново призив на Дънов за обучение: „Занимавайте се с наука, защото чрез нея ще разкриете всички области и прояви на живота и специално на човешкия живот. Хиромантията, например, запознава човека с волевата страна на неговия живот. Физиогномията запознава човека с положителната и отрицателната страни на неговия характер. Френологията показва качеството и количеството на положителните и отрицателните енергии, които функционират в човешкия организъм. Астрологията показва благоприятните съчетания, на които човек се натъква в живота си, като му дава възможност да предотврати някои опасности и нещастия в живота си." [21]

„Истинските учени, творци на науката, носят със себе си работата и усилията на ред поколения преди тях. Истинският учен носи своята теория със себе си, живее според нея, но не я излага пред света." [21] Днес малцина учени живеят обаче според придобитите знания или според висшите теории за живота. Науката в повечето случаи служи за индивидуална украса, т.е. като белег, с който учените се самоизтъкват, гордеят се и търсят признание. Чрез науката най-често се гонят звание, титли и обществени постове, без тя да се използва в личния живот. Макар и учени, хората живеят само с външния си живот, а вътрешен духовен живот не проявяват.

„Сега ще ви обясня как разбираме ние външното и вътрешното състояние на човека. Животът на земята, т.е. физи-

ческият живот на човека, е външен живот. В този живот съществува разнообразие отвън, а еднообразие отвътре. Значи същината на земния живот е еднообразието. Обаче същината на живота седи в духовния живот... И тъй, когато човек дойде до положение да не се задоволява от физическия живот, от земния живот, той трябва да навлезе в духовния живот. В него има еднообразие отвън, а разнообразие отвътре. Духовният човек не може да греши на земята, понеже той живее вътрешен, а не външен живот." [25] Ние говорихме вече за еднообразието и многообразието на живота. Физическият свят външно е пълен с многообразие, но по същина, вътрешно е еднообразен. Нека споменем само, че независимо от безброй многото физически форми на земята, по същина те са изградени от едни и същи, и то много прости елементарни частици; атоми, електрони, мезоми, кварки, и то винаги едни и същи във всяка физическа форма. Духовният живот обратно, макар и външно еднообразен, по същина той е многообразен, т.е. крие в себе си заложбите и постиженията на човешката душа и дух, които набрали опит във физическия свят, са израснали духовно, но външно са едни и същи.

„И като възрастен, и като стар, човек трябва да запази детинското в себе си. То представлява онази чистота, която е необходима за здравето на човека." [72] Ние трябва да се стремим, изучавайки себе си, да запазим духовната си същност чиста и непорочна, а чрез външния вид на тялото си да разберем къде сме изостанали и как се проявяваме.

„Вземете и се огледайте, вижте, как изглежда вашето лице, каква краска има: ако е много червено, това показва, че е възбудено, че тялото ви не е здраво; ако е много бледо, вие имате апатия към живота." [30] „Органът, който разрушава човека, това са неговите страсти. Те разрушават едновременно тялото и душата." [30]

„Тялото, това сте вие, душата ви — вашата майка, а духът — вашият баща! Човек е чадо на своята душа. Значи тялото е детето на душата."

„Животът не се заключава в туптенето на сърцето. Туптенето е само средство за предаване на мислите и чувствата в духовния свят." [31] Под туптене трябва да разбираме смяна на състоянията при енергиите — вибрациите, трептенията,

ритмите. Те именно са средство за връзка със световете от по-висши измерения.

„Умът представя човешката воля, която се проявява в неговото тяло, а сърцето — движенията. Умът представя волевите движения, а сърцето — рефлексите." [31] „Човек, който не може да контролира своите удове, няма разумна воля. Следователно, затова Бог е създал тялото на човека, за да развие волята в него." [33] Волята се развива и усилва при преодоляване на трудностите и пречките в живота. Но всъщност тялото ни създава най-много грижи, пречки и трудности в живота. То ни подлъгва с низши влечения, страсти, желания и др., които ние волево трябва да контролираме, регулираме и преодоляваме. „Човешката воля може да се изрази само в ръцете, в краката, в очите, в езика, а после ще дойдем да контролираме мозъка, сърцето, мислите, чувствата и желанията си, тогава ще влезем в съгласие с невидимия свят." [35] С участието на волята и чрез крайниците, очите и езика си, хората са постигнали днес успехи в професията, изкуството, поезията, спорта и т.н. Но при волевия контрол на чувствата, мислите, желанията човек е изостанал. Тук той най-много греши. Овладяването на тези сфери постигат само адептите и мъдреците.

„Хората казват, че човечеството днес боледува, но аз възразявам, че болестите са анахронизъм, нещо преходно, зависещо от самия човек, тъй като последният има толкова възможности да бъде здрав, колкото и болен. Болестите не са нищо друго освен едно упътване за изправяне, защото човек започва да се развива само тогава, когато му се положат противодействия на неговата воля." [32]

„Болестите правят човека мек, нежен, деликатен. Хората, които боледуват, развиват в себе си благородство, деликатност, нежност... Аз не говоря за нервно болните. Органичните болести внасят мекота в характера на човека." [77] При заболяване самонадеяността у човека изчезва, той става примирител и благодарен, че все още живее, вижда, че има природни сили, които са над неговите възможности.

„Много хора са показали голямо геройство във времето на боледуване. За Калвин например казват, че когато бил на смъртно легло, при температура 40 градуса, все още про-

дължавал да пише, да работи. Той не искал да знае за смъртта." [71]

Изключително самообладание пред образа на „бялата смърт" е проявил например и английският изследовател на Южния полюс на Земята Роберт Скот. До последната минута на своя живот, бавно замръзвайки, той е държал бележника в ръцете и е описвал състоянието си и това на другарите си. Геройство проявява и английският математик-физик Хоукинг, професор в Кеймбриджския университет в Англия. [238] Въпреки неизлечимата болест, парализиран и без говор, той работи с компютър, за да намери решение на голямата единна теория, започната от Айнщайн. Калвин е също така изтъкнат физик на XX век, носител на Нобелова награда.

„Няма по-красиво нещо от това, когато човек се натъкне на изпитания, да остане тих и спокоен в себе си до края на изпитанията, да ги дочака с търпение и да вярва, че всичко ще се нареди добре." [77]

„Щастието на човека се заключава в това, да може чрез органите си да изразява всички подтици на душата и на духа си. И досега още хората не са осъзнали какво благо е тялото, което им е дадено, вследствие на което сами те още нищо не са направили." [81]

„В духовен смисъл аз уподобявам топлината на обич, светлината — на истината, а въздуха — на човешката мисъл. Желанията са човешката кръв." [37] „Забелязано е, че след всяко престъпление в човека се изменят цветовете, както и ритъмът на неговото сърце. Същевременно се изменят и движенията му, стават неправилни, дисхармонични." [41]

„Човек има три важни отношения към природата: със стомаха си той има отношение към физическите сили на природата; с белия дроб той има отношение към духовните сили на природата; с мозъка си той има отношение към умствените сили на природата. И тъй, чрез мозъка си човек определя изобщо отношенията си към природата; чрез дробовете той уравновесява тия отношения, а чрез стомаха си ги реализира. Първата проява на човека във физическия свят е желанието да яде. Значи първо се проявява стомахът." [42] Значи чрез мисълта си човек анализира нещата, оценява ги, преценява целесъобразността и полезотворността им; дробовете вкарват

кислород в тялото, за да се поддържа обмяната на веществата и да се уравновесяват енергиите в тялото, а стомахът е този, който прави реалната връзка с физическия свят, с материята, като я приема и преработва.

„Всяка клетка, всеки орган от човешкото тяло представляват числа, които съдържат известен род енергии. Тези енергии трябва да се хармонизират." [44] „Има учени, които се занимават само с човешкото око или само с човешкия нос, или само с човешката уста. В окото, в носа, в устата се крие историята на човека. Както в семката на едно дърво се крие цялото дърво, така и по отделните удове на човека можете да познаете целия човек." [42] Нека напомним за ирисовата диагностика, при която по ириса на окото може да се разчете състоянието на всички органи на тялото. Чрез хиромантията по линиите на ръката се разчита духовната и физическата същност на човека. Ушната мида също така носи проекция на всичките органи, а отделните части на лицето са израз на добродетели и духовни състояния на човека (френология).

„Полето е област, в която живеят и работят хиляди същества едновременно. Съзнателно или несъзнателно, те се намират в известно отношение помежду си. Например всички хора, които работят във физическия свят, са свързани помежду си. Също така са свързани и тия, които живеят в сърдечния и умствения свят. Колкото по-съзнателна е връзката между хората, толкова по-големи са придобивките." [44] Човек е обвързан съдбовно, следствие своето дълго развитие, не само с близките си, но и с всички хора, били те познати или непознати. Тази връзка е полето, за което говори Дънов. Затова хармоничната връзка между хората създава благоприятни условия за духовно и физическо здраве и развитие.

„Ако срещнете човек, у когото мислите и чувствата не са организирани, ще кажете, че съзнанието му е прекъснато. И наистина, всяко прекъсване на съзнанието създава в човека известна аномалия. За такъв човек се казва, че е особен. Той се намира под чуждо влияние на безброй същества около него. Мускулите на ръцете и краката му треперят, цялата му нервна система е разклатена. Всичко в него е в дисхармония. Ако хванете ръката на този човек, тя е разхлабена, мека, от-

пусната. Често развалените хора имат такива ръце. Развратен, развален човек е този, който не върви в Божия път. Той не може да задържи в себе си и най-малкото количество Божествена енергия, понеже има дупки, през които тя изтича. Това изтичане на енергията от човека се нарича в науката демагнетизиране. Много от болестите на съвременните хора се дължат именно на това демагнетизиране." [79] Дупките, за които говори Дънов, са всъщност тези органи от тялото на човека, които не се използват по своето предназначение, а за задоволяване на низши наслади и удоволствия. Това са половите органи при развратните хора, храносмилателният тракт при алкохолиците и чревоугодниците, белите дробове при пушачите и др.

„Първото нещо, което ще забележите в човека на мъдростта, е, че на лицето му има една особена светлина. От всички хора, които мислят, излиза една мека, приятна светлина. От онези хора пък, у които живее Божествената любов, лъха една особена топлина, едно особено разширение." [80]

„За да влезе в живата наука, ученикът трябва да знае общите принципи на всички науки. От него не се изисква да знае всички факти в подробност, но трябва да владее общите, основните положения на науките. Значи, той трябва да знае основните принципи на химията, физиката, ботаниката, минералогията, геологията и т.н." [82] Тъй като животът е сложна изява на биосферата на физическия свят, за да се схване смисъла и същността му, трябва да започнем с изучаване на живите форми и нашия организъм. Това налага да се владеят основните принципи на всички съвременни науки. От тази гледна точка в беседите си Дънов разглежда, макар и не систематично, някои основни положения на отделните науки. Това на пръв поглед като че ли не е необходимо или пък не съвпада с някои от основните теми на беседите му. Затова той казва: „Сега аз говоря върху различни въпроси, което на мнозина се вижда разхвърляно. Това са встъпителни мисли само, както човек прави встъпителни движения, преди да започне някаква сериозна работа. Ние не сме дошли още до ония вътрешни опити, които потвърждават нашата наука. Към тях ще пристъпваме постепенно." [82]

Дънов сам потвърждава, че умишлено води беседите си

по този начин, на пръв поглед разхвърляно. Не може да се пристъпи към конкретни данни, закони и принципи, докато не се овладеят основните положения. Мнозина очакват от Дънов фрапантни изяви, велики конкретни истини, сензации и какво ли не още. Но той самият казва, че великото, божественото, духовното трябва да се заслужи, трябва да се спечели с дела, трябва да сме подготвени за него както физически, така и духовно. Малцина са готови да узнаят и усвоят истината. „За вътрешното знание обаче не се иска много време. Достатъчно е човек да се вглъби в себе си, за да прочете онова, което от векове е написано в него. Така той ще опита и приложи онова, което знае. Без това вдълбочаване и проучване на себе си, човек всякога ще разваля хубавите работи." [139] А как можем да пристъпим към вглъбяване и проучване на себе си, когато не знаем и не пристъпваме към елементарните изисквания на физическото ни съществуване?

„Хората мислят, че каквато и храна да употребяват, както и да мислят и чувстват, могат да бъдат здрави. Това е невъзможно. Здравето е свързано с чистите мисли и чувства, с чистата и доброкачествена храна." [142] „В духовно отношение всички болести, спънки и мъчнотии в човешкия живот се дължат на низши, ненапреднали същества, които влизат в човека и го връзват по различни начини. Така те му създават ред препятствия, от които мъчно може да се освободи. Това поддържа и съвременната наука. Учените казват, че болестите се дължат на различни микроорганизми — микроскопически същества, микроби, които влизат в човешкия организъм и го разрушават." [137] Трябва веднага да отбележим, че не винаги микроорганизмите — микробите, намиращи се в тялото ни, предизвикват заболяване. Необходими са специфични условия за тяхното размножаване и причиняване на заболяването. В тялото ни има редица микроби и вируси, но те могат да причинят заболяване само когато известни функции на органите са нарушени или са в дисхармония, или самата защитна система е нарушена. А това зависи от нас самите.

„Ние сме за онази наука, която може да бъде постоянно знание в живота ни; ние сме за онази философия, която мо-

же да бъде за развлечение. Щом науката стане знание за вас, а философията — развлечение, вие сте вече кандидати за шестата раса, кандидати за Царството Божие." [121] „Сега аз ви давам ония основни философски положения, които трябва да приложите в живота." [119] „Който разбира законите на човешкия мозък, ще може в бъдеще да помогне за развитието на хората, които не са даровити. От едно дете, което не е даровито, в продължение на няколко години той ще може да направи даровито дете." [123] „Който иска да разбере философията на някой учен, той трябва да се постави в неговото положение. Иначе ще разбере само част от неговата философия. При съграждането на своята философия всеки учен е имал предвид известни положения, които не е изказал във философията си." [119] Така можем да разберем защо Христос и апостолите са изложили и проповядвали вярата Господня по своеобразен начин — с притчи. Ниската култура и слабите научни познания на хората по онова време са наложили този подход. Така постъпва и днес Дънов. Лаконичността, аналогиите, примерите от живота и науката, анализът на живота, изясняването на конкретни принципи и закони дават възможност на всеки от слушателите да схване нещо и да се обогати духовно. Зад всяка фраза, образ, принцип и закон, дадени в беседите, обаче трябва да търсим същността на идеята, да изтълкуваме правилно това, което иска да ни каже Учителя. Пряката истина не е нужна, не всеки е в състояние да я оползотвори, само може да я изопачи. Ето как Дънов анализира и тълкува мисли от Светото писание: „Казано е в Писанието: „И направи Бог човека по образ и подобие." В този стих се говори за „образ и подобие". Кое е образът и кое подобието? Човек, който се намира под ръководството на Божията мъдрост, е образът Божий. Човек, който се намира под влиянието на Любовта, е подобието на Бога." [107] Защо така? Мъдростта е свързана с науката, знанието, моженето и познаването същността на нещата. Следователно този, който е под ръководството на Божията мъдрост, може да си изясни нещата и да познае Бога. А този, който е под влиянието на Любовта, може да уподоби Бога, т.е. може да приложи Божията Любов в живота си.

„Науката на XX век се е развила много. Тя е дошла до големи постижения във всички области — музиката, художеството, литературата, медицината, архитектурата, но въпреки това по-голямата част от хората са болни и нещастни: 25 % от съвременните хора страдат от туберкулоза, 35 % — от неврастения, 15 % — от вътрешни болести, 20 % — от външни — кожни и мускулни. Едва ли 5 % от хората на земята могат да се радват на абсолютно здраве." [116]

Тези статистически данни са валидни, разбира се, за 1929 година. Но въпреки това процентът на абсолютно здравите хора навярно е същият, защото за сметка на болестите, с които медицината се справи, животът на хората стана причина за появата на нови, а именно болестите на съвременната цивилизация: кръвно налягане, атеросклероза, сърдечен и мозъчен инфаркт, венерически заболявания, СПИН, стомашно-чревни язви, злокачествени тумори и мн.др. Хората се отдалечиха от природните условия на живот и не могат да ползват живителните сили на природата. „Лечебните сили се крият в елементите на природата: във въздуха, във водата, в светлината и в храната. А лекарят е само проводник между природата и болния." [116]

„Време е да се хвърли мост между физическия и духовния свят, за да се види, че те са аналогични. Обаче отношението между законите на двата свята е обратно пропорционално. Това, което в духовния свят е реално, разумно и вярно, във физическия свят в даден момент не е вярно." [112] Как да схванем това, че въпреки аналогичността на двата свята има обратно пропорционални възможности? Дънов казва, че във физическия свят нещата, явленията, формите външно са разнообразни, но вътрешно, по същество, всички са еднообразни и еднакви, докато в духовния свят те са външно еднообразни, а вътрешно разнообразни. В този смисъл трябва да схванем горната мисъл на Дънов. Но защо така? Мисля, споменахме вече, че всички физически форми на физическия свят по същество, по вътрешен строеж са еднообразни, т.е. изградени от едни и същи елементарни материални частици. А духовния свят с неговите изяви можем да сравним с първичната майчина клетка или със семката от растителното царство. Те двете са външно прости, елементарни и еднообразни на

вид, но по съдържание, по същество и същност са толкова разнообразни, колкото разнообразно по строеж е растението или живото същество, което ще израсне от тях. Всяка елементарна майчина клетка и семе в растителното царство съдържа в себе си кодирано разнообразието на формата, която ще създаде. В духовния свят, следователно, външното разнообразие, присъщо на физическия, липсва, но за сметка на това вътрешното духовно богатство и разнообразие от опит, знание, любов и мъдрост са различни в отделните същества. Кои физически закони възпрепятстват хората да са хармонично развити и духовно издигнати?

„Според наклона на своята ос Земята днес няма възможност да привлече положителните, възходящите космически енергии. Тази е причината, поради която хората днес са повече лоши, отколкото добри. Един ден, когато земната ос се изправи, Земята ще има друга събирателна леща, чрез която ще привлича положителните енергии от космоса.“ [89] Съвременната наука признава, че наклонът на земната ос спрямо еклиптиката е временно състояние, причинено от някой вселенски катаклизъм. Стремежът на земната ос е да се изправи с времето. Но физическите закони засягат и смущават само физическата изява на формите и съществата. Дънов казва: „Плътското тяло страда, а духовното не страда, противоречията в живота съществуват за плътското тяло, а за духовното тяло няма никакви противоречия.“ [85]

Живите същества при раждането си отрано и постепенно се запознават с околния физически свят и навлизат в неговата среда. Така е и с човека. Той още в утробата на майка си като зародиш се запознава с външния свят. Първата му връзка с околния свят е майката. Най-новите изследвания показват например, че плодът в бременната жена познава много добре нейното състояние и особености. Той реагира адекватно на общото състояние на майката и даже още в утробата познава гласа ѝ. Затова след раждането детето усеща своята майка. „Будно дете е това, което познава образа на майка си веднага след раждането. Някои от сегашните деца започват вътрешно да познават образа на майка си още от първия месец след раждането; други — на втория месец; някои — на шестия месец, на година, а най-за-

къснелите — едва на третата година.“ [84] „Когато при зачеването на някое дете майката плаче, като се роди, детето също ще плаче. Изобщо детето преживява състоянията на майка си и баща си. То никога не боледува за себе си; детето никога не плаче за себе си. Ако майката е била болна, и детето ще бъде болно; ако майката е била невежа, и детето ще бъде невежо. Затова се казва, че греховете на майката са грехове и на детето.“ [79]

„От окултно гледище всички съвременни хора са болни. Няма здрав човек на света. Я ми кажете сега, как могат болните хора да оправят света? Според мене тщеславният е болен човек. Тщеславието е една неизлечима болест. Човек, който се гневи, това е друга болест. Човек, който има завист, също е болен. Всички отрицателни черти, които съществуват в човека и които са от най-странен характер, са неизлечими.“ [63] „Щом е дошъл на земята, човек трябва да бъде здрав. Здравият се познава по това, че има правилни физически възприятия.“ [58] „Първият орган, чрез който може да се прояви човешкият дух, е мозъкът.“ [63] „Човек е написана книга. Тялото му показва цялата негова история, всички перипетии, през които е минал. Засега тази наука е скрита.“ [53] „Вярно е, че сърцето изкарва кръвта навън и тя се разнася по цялото тяло. Обаче тези учени не знаят, че зад сърцето има друга сила, която го заставя да работи.“ [53]

Ние разгледахме въпроса за ролята на душата. Именно тя като полуматериална и полудуховна стои като посредник между духа на човека и тялото му. Жизнените импулси на тялото следователно изхождат от душата, по данни на духа.

„Лекарите и досега продължават да бъркат в светите места на човека. Те са бъркали и в гърдите, и в стомаха, и в мозъка, и в очите, и в ушите на човека. Няма тайно място в човешкия организъм, дето лекарите не са бъркнали. И след това говорят за морал. После всички питат къде е човекът. Човешкото тяло е къща, но човекът не е там.“ [53]

„И тъй като знаете закона за смяна на енергиите, не питайте, защо в известни случаи сте неразположени. Причината за неразположението ви се дължи на това, че част от вашата енергия е отишла в друга област на съзнанието, например, в свръхсъзнанието ви, където се твори нещо хубаво.“ [44]

„Официалната психология едва се справя с психическите функции на физическото тяло, а окултната психология борави освен с функциите на физическото, още и с функциите на астралното, умственото и причинното тяло." [18] „Физическото тяло представя почвата, а идеите са семенцата, които посаждате в тази почва." [19] „Веселостта е качество на духовния характер. Само високо духовните хора, само разумните хора могат да бъдат весели." [7] „Някои хора са весели по естество, затова могат лесно да се лекуват." [7] „В живота лошите, злите хора са канал, през който минават нечистотиите." [3] „Когато човек иска да развие каква да е сила в себе си, било умствена, било душевна, било волева, непременно трябва да тренира." [55] Явно, че нито едно добро качество или добродетел не идва наготово. Затова Дънов казва, че трябва да тренираме, да правим опити, да прилагаме на практика наученото, трябва чрез личен опит да се убеждаваме в истината.

„Нашето познание за нещата се състои в поставянето им в съответствие с всемира, в общността, която е истината" — казва Р.Тагор [213]. Освен Рабиндранат Тагор и много учени изказват своите мнения за знанието и науката, каквито и Дънов има. Тук ще цитираме някои:

„Дали се приема, или не становището, че органичната жизнена сила създава взаимоотношенията между индивидуалните атомни процеси, все пак е без съмнение, че навсякъде, където се прояви мисълта, и действената отключваща сила на волята, особено при хората, тя се направлява от духовния образен свят."(Херман Вайл [277])

„Всички компилицирани молекули, които се намират в растенията и животните, особено белтъчните молекули, са различни стереоскопични спрямо техните огледални образи."(Херман Вайл [277])

Говорихме, че органичната материя е строго индивидуална при всички живи форми, а освен това синтетичните органични вещества, които човек е успял да получи по химически път, макар и привидно еднакви с първообразите си в природата, са стереоскопично различни и не напълно пълноценни. Така е например с витамините, получени по химичен път.

„Бактериофагите и вирусите образуват един поточен преход между това, което ние наричаме оживотворено, и това, което наричаме неоживотворено."(К.Фридерихс [274])

Споменахме вече, че вирусите са преходна фаза между минералите и органичната материя. Когато вирусите не са живи в средата на даден жив организъм, те изпадат във фаза на кристали и могат да пребивават и съществуват така неопределено време.

„Всъщност ние, хората, сме едновременно както тук, на физическия свят, така и отвъд, в духовния; колко ще доловим от последния, зависи от нашето лично организирано ниво и образование, към това и от едно волево отправление."(К.Фридерихс [274]) Явно, че човек чрез науката може да проникне в глъбините и тайните на света, а още повече в тайните на своето „АЗ“. Последното проникване в себе си е неотложно, ако искаме да разберем живота си, физическото си съществуване и бъдещото си развитие. Чрез науката „за себе си“ ние ще опознаем структурата на собственото си съществуване: на организма си, на духовната си същност, на връзката между тялото и душата и накрая как мисълта, разумът и волята могат да хармонизират нашия земен и духовен живот.

1.6. Към съвършенство

„Човек трябва да работи за постигане на съвършенство, но реализирането на това съвършенство се отнася до бъдещето, дето се крият всички възможности. Стремеж към съвършенство се изисква от всички, без да мислят кога ще го постигнат.“ [76]

Умът, сърцето, волята и мисълта са фактори при опазване на здравето. Но защо така? Животът и без нашето знание за себе си протича безспирно и неотклонно, съгласно законите на живата природа. Тогава в какво отношение ще ни помогне знанието? Здравето, имаме ли го, или не, е като дар в живота и можем по наша воля да го опазим или прахосваме на халос. Защо трябва да ни занимава този въпрос и защо трябва да обръщаме такова внимание на нашето физическо състояние?

Колкото и банални да са тези въпроси, животът ни ги натрапва и ние рано или късно трябва да намерим отговора. С течение на годините всеки човек чувства, че съзрява. Той се обогатява и схващанията и понятията му за действителността се изменят, започва по-тактично да се справя с трудностите и изненадите, да търси обяснение за тях. Следователно, без да желаем, животът ни учи, ние съзряваме, поумняваме и разумът ни все по-често се включва в тълкуването на нещата. В края на пребиваването си на земята всеки си задава въпроса, защо така или по друг начин е постъпил, защо не е съумял да избегне несполуките си. Започваме да даваме съвети на по-младите, за да ги предпазим от това, с което ние не сме успели да се справим. С течение на времето ставаме по-мъдри и даже по-съвършени.

В този ред на мисли ще цитираме римския философ Сенека, който се вълнувал от този въпрос и е дал следния съвет: „Секстий постъпваше така: когато след края на деня се оттегляше за сън, той запитваше духа си: „Кой свой недостатък излекува днес? На кои от пороците си успя да окажеш отпор? Колко по-добър стана?“ [270] Следователно смисълът на живота е да наберем опит, да опознаем живота и неговата същност и да натрупаме достатъчно знания и мъдрост, по-точно казано, да постигнем съвършенство. А нужно ли ни е то, ако животът ни свършва с физическия ни край? Дънов смята, че животът е вечен, само формите на изява се сменят и същевременно се усъвършенстват. Това ще рече, че и ние няма да приключим съществуването си след като се разделим с физическия свят. Нас ни очаква нещо по-висше и по-съвършено; животът преминава в други измерения, които изискват по-извисени състояния на духа.

„Светът, целият космос е създаден, за да се прояви животът. Във всички светове има живот. На земята той не е от най-развитите, но има и друг, който седи по-долу от земния. Ние сме едва в предградието на великия живот.“ [120]

За проявите на други форми на съществуване в нашата вселена, говори не само Дънов, но например и Сведенборг. Той твърди, че даже на най-близките небесни тела, планетите на Слънчевата система, има живот, макар и в друга форма. И действително днес учените правят опити да го открият.

Експедицията „Аполо-14" на САЩ например установи, че на Луната „от лунните недра изригва мощна струя пара". Това значи, че Луната не трябва да се смята за мъртво тяло. От пробите, донесени на земята, учените установиха, че в 50 кг лунна почва се съдържа до половин килограм вода. Създава се впечатлението, че под това топло одеяло, защищаващо планетата от въздействието на космическите енергии, може да се опази и активно да се развива живот. Тъй като на известна дълбочина температурата на Луната е постоянна и вероятно положителна, еволюцията е напълно възможна."(А.Петрухов [236]) Еволюцията на формите е общ белег на Космоса, от което следва, че и животът има степени.

„Биологичният развой на човека е преминал от първичната клетка през всички стадии на живота до сегашния си вид, като е събрал опитността на всички предидущи форми." Значи същността на живота трябва да търсим в усъвършенстването му, а при човека — в постигането на съвършенство, т.е. надживяване влиянието на по-низшите форми, през които е преминал в хода на своята еволюция. Но тези проблеми човек научава като набира постоянно знание. В противен случай той ще бъде залъгван. Затова Дънов казва, че природата залъгва глупавите, любознателните поучава, а на мъдрите открива своите тайни. Защо е така? Защото човешкото е една присадка върху животинското, а божественото е една присадка върху човешкото. [166] „Дошъл веднъж на земята, човек трябва да слиза и да се качва правилно. Той представлява съчетание на материалното и духовното, следствие на което ще се грижи еднакво и за двете свои естества. Материалният живот без духовния няма смисъл. И духовният без материалния няма смисъл. Нито духът без материя може да съществува, нито материята без духа. Човек трябва да бъде духовен, но същевременно трябва да бъде и материален. Обаче между двете му естества трябва да има пълна хармония. Материалното и духовното естество в човека са условия за постигане на възвишен живот, към който той се стреми. Като знае това, човек не трябва да отрича нито материалното, нито духовното." [20] Виждаме, че материалното ни естество е предпоставка за израстване в духовно отношение. Защо е така? Материалният свят е най-низшата изява на Разумното нача-

ло и остава негова съставна част в еволюционния процес. Следователно материалната ни изява е неразделна част от нашето съществуване. Тялото ни е само една от средите, чрез която израстваме по пътя към съвършенството. То е толкова ценно и необходимо, колкото и духовното ни естество, което е следващата среда, в която ще еволюираме. Дънов казва: „Материалното и духовното естество в човека са условия за постигане на възвишен живот." [20]

Колко висока стойност има нашата физическа съставка и колко много трябва да сме благодарни, че я притежаваме тук, на земята. Оттук следва, че трябва да пазим и разумно да използваме тялото си, за да можем да се издигаме духовно.

„И тъй, растенето е процес, необходим за съграждане на нашето духовно тяло. Физическото тяло е необходимо като скеля отвън; ако то не се повдигне, и духовното тяло не може да се повдигне. Най-напред е бил направен физическият свят като скеля, а духовният свят и до днес постоянно се съгражда и устройва." [30]

„Човек променя много тела, много органи, но той като душа, като съзнание в природата, не се губи. Това е факт, в който няма никакво съмнение." [35]

„Човечеството досега е живяло в колективно подсъзнание, както животните, а отсега цялото човечество минава в колективно съзнание, те, хората, започват да съзнават, че са нужни един на друг." [35]

„И тъй, сегашният човешки живот на земята е крайният предел на сегашния космос, дето всички неща се посрещат; у човека ще се роди нещо по-хубаво, нещо ново ще се създаде. Човек е крайният предел, крайната граница на битието. Подолу от човека ние не можем да знаем и по-горе, по-далече от него не можем да отидем." [71] Какво означава тази мисъл? Човекът като най-завършената физическа форма е краят на еволюционното стъпало на сегашния физически космос. А като краен предел на битието, ще рече, че човек се намира на границата на два свята, между две противопоставящи среди, между физическата и духовната. Той е на най-високото стъпало на битието и му предстои да прекрачи в друго измерение, в духовния свят. Това, що е било, е преминало и не е обект на опознаване, а в сегашното си състояние, без да се

усъвършенстваме, не можем да знаем повече за бъдещето, както и да отидем по-далече. Трябва да се променим, да се издигнем в духовно отношение, за да преминем в друга, по-висша среда. Затова Дънов казва, че у човека ще се роди нещо ново, нещо по-хубаво ще се създаде. Но кои са белезите на това ново? „Външната красота се създава при инволюцията на човека, а вътрешната — при еволюцията. Тъй щото, ако човек при инволюцията си, т. е. при слизането си на земята, не е работил над себе си, той ще бъде външно грозен; ако пък при еволюцията си, т.е. при качването си нагоре, не работи над себе си, той ще бъде вътрешно грозен." [75]

„Съвършенството не е за вас. Докато е на земята, човек може отчасти само да бъде съвършен. На земята няма условия за пълно съвършенство. Съвършен е онзи, който през целия си живот може да запази състояние на пълен вътрешен мир и равновесие. Досега в цялата история на човечеството не се е срещал подобен пример." [76] Нека напомним, че даже Христос не можа да запази равновесие, когато видя търговците в храма Господен. Хората са склонни да се главозамайват, почват да симулират, че са повече от другите, без да имат духовни данни за това. От човека се изисква смирение, без да мисли докъде е стигнал в духовното си развитие. Физическото състояние е най-добрият барометър за духовното. Даже когато работим над себе си и сме в една окултна школа, сме често користни в намеренията си. Не се подтикваме безкористно в духовното израстване, а търсим личната облага. Дънов казва през 1928 г. на учениците си: „Вие сте влезли в тази школа по различни съображения. Едни от вас са дошли с цел да станат по-добри, отколкото са; други — да придобият повече любов; трети — да станат здрави, да укрепят физиката си; четвърти — да развият известни дарби и способности в себе си. Обаче малцина са дошли с искрено желание в себе си да придобият истинско знание, мъдрост, която да ги освободи от заблужденията в живота им." [82] Явно задачата на окултните школи е преди всичко да предадат на учениците си знание и мъдрост, които да послужат за извоюване на свобода в живота, т.е. отърсване от лични и други заблуждения. Знанието и мъдростта ще ни покажат нашия път в еволюцията, ще осмис-

лят съществуванието ни и ще ни озарят с любов и истина по пътя на съвършенството.

„За да се оформи като душа, човек трябва да мине през всички форми на живота, от най-низшата до най-високата. Ясновидецът вижда това през утробата на майката. Той може да проследи всички форми в развитието на ембриото, докато стигне до формата на човека. Като говорим за човека, разбираме същество, което още не е завършило своето развитие. Като човек той е завършил развитието си, но не и като душа." [95] Споменахме вече, че като физическа форма човек е най-висшата и съвършена биологическа единица в биосферата на земята. Но въпреки това неговото развитие в утробата на майката минава през всички биологични форми. Човек повтаря в течение на 9 месеца своята физическа еволюция на земята. Както казва Дънов, като хора на земята ние сме завършили развитието си, но като души още далеч не сме сторили това. Не трябва да приемаме, че животът е произлязъл от клетката. Клетката в майчината утроба е само фаза, през която минава животът. „Науката доказва, че животът е произлязъл от клетката. Животът всъщност не е произлязъл от клетката, но е минал през нея. Не е възможно целият живот да се прояви чрез клетката. Той съществува извън всички форми на света. Хиляди и милиони са формите, в които животът досега се е проявил, но има и друг живот, непроявен, който ще се прояви в бъдеще." [123]

Нека видим какво мислят изтъкнатите учени днес. Херман Вайл казва: „Между живите същества има дълбока родствена връзка. Всичко е еднакво при хората, животните и растенията — клетъчната сграда, основната структура на клетките и основните процеси, като обмяната на веществата, хромозомното деление и основните процеси на мозайката на размножаването."(Х. Вайл [277])

„Разделянето и повторното съединяване обяснява непрестанното разнообразие в природата, обаче те само не могат да обяснят еволюцията, ако гените и генната структура не можеше да мутира."(Х.Вайл [277])

„Еволюцията не е основата, а заключителният камък в сградата на научното знание. Космологията разглежда еволюцията на универсума, геологията — на земята и нейните

минерали, палеонтологията и филогенетиката — еволюцията на живите организми. И все пак дълбока тайна е еволюцията на живота върху земята."(Х.Вайл [277]) „Изглежда, че процесът на еволюцията не е работа на природен подбор от възможни вариации при възможността на приспособяването. Тук повече се работи по определен закон, който ние още не познаваме и не разбираме. Законът се е изявил навярно още с началото на живота и го ръководи според определен план по-нататък."(Х.Вайл [277])

„Еволюцията явно засяга всичко в света. Хората като висше създание на живота се намират сега пред прага на по-висока среда. От нас самите зависи дали това ще сторим днес, или утре. Макар че организмът непрестанно променя себе си чрез обмяната на веществата, той остава все определен вид.“ (К.Фридерихс [274]) Тази постоянна изменчивост в организма ни дава възможност да го насочваме към положителни или отрицателни промени. От нас зависи какъв ще бъде той. „Видът е трайното в промяната, една подвижна форма, една единица във времето.“ (К.Фридерихс [274])

„Физиологията ни показва действието на духа в света на тялото.“ (К.Фридерихс [274]) И учените подсказват, че не всичко ни е ясно и разбираемо. Животът пази грижливо своите тайни и не ни позволява да вмешателстваме навсякъде.

„За да разбере живота в неговата пълнота и целокупност, човек би трябвало поне за момент да влиза във всички форми, да разбере състоянието, в което се намират. Това обаче може да направи само адептът, само посветеният.“ [22] Духовната изява на човека няма граници и време. Тя зависи от индивида и живота, който той води. Но преди всичко се изисква чистота, смирение, любов и мъдрост.

„Ако човек не се прояви до 33-, 60-, до 80-годишна възраст, пак не трябва да се обезсърчава. Всеки човек може да се прояви до 120-годишна възраст. Това не е утеха, а истина, която може да проверите. Ученикът трябва да работи непрекъснато, със силна вяра във себе си, в живота, в природата и във всичко велико около себе си.“ [21] Но човекът не е сам. Той е свързан съдбовно с всички същества. Затова от отношението му към околните, към най-близките ще зависи по-бързото или по-бавното му израстване.

„Човек е колективно същество,свързан със същества от по-високо и по-нискостоящи от него съзнания. От човека зависи с кои от тях ще се свърже.“ [21] „Изобщо външният свят оказва влияние върху подсъзнанието, съзнанието, самосъзнанието и свръхсъзнанието. Днес 75% от учените, художниците и философите се раждат под един от петте знака: близнаци, везни, овен, скорпион и дева.“ [21]

„Кое представлява въведение на сегашното битие или на сегашния наш живот? Има три важни неща в живота: няма по-необходимо нещо от яденето. То е предисловие на физическия живот. Аз го наричам въведение на подсъзнателния и съзнателен живот. Най-приятното нещо в самосъзнателния живот е музиката, пеенето. Музиката е въведение на умствения живот и човек, който не може да пее, той е „изгубена Станка“. А най-великото нещо в света, това е молитвата... И тъй, ще ядете, ще пеете и ще се молите. Но не мислете, че това е същността на живота. Това е само въведение,встъпление на вечното.“ [38] „Според Божествената наука съществуват 12 източника или притока на живота, но днес функционират главно седем. Астролозите наричат тия притоци зодии. Всяка зодия представлява творческо течение в природата. Астролозите са свързали тия седем течения със седемте планети. Меркурий е свързан с творческия принцип на конкретния ум. Венера — с любовта. Земята — с крайния материализъм. Луната — с въображението. Тя представлява утробата, в която идеите се зараждат. Марс — с ония войнствени сили, чрез които човек си пробива път. Юпитер — с благородството. Сатурн — с разумността, с философията на живота. Свърже ли се човек с тези седем източника, човек може да живее.“ [104] Но кое у хората ги спъва по пътя към духовния възход? Въпреки големите си знания днес човек не може да се отърси от отрицателни прояви, не може да заживее духовен живот, необходим му за постигане на съвършенство. Индивидуализирането е голямата днешна беда на човека. „Първо човек се е индивидуализирал, а после е станал личност според сегашното разбиране на това понятие. Индивидът се отделя от цялото. Когато казват, че някой се е индивидуализирал, това значи отделяне от цялото. Под „личност“ се разбира човек с известни качества.“ [135] Първо „отделяне от цялото“, т.е. ин-

дивидуализиране, според Светото писание са сторили Адам и Ева. Те не спазват закона на общността и пожелават индивидуално да разглеждат нещата и да научат истината — забранения плод. Това отделяне от цялото и до днес съпътства човечеството. Като крайно отрицателна черта индивидуализирането води до несработване с другите, неконсолидиране на схващанията; то е основа на свади, борби и войни, причинява даже отделяне на клетки и органи в собствения организъм — туморите. Как трябва да постъпи тогава човек, за да върви по верния път към съвършенството? Дънов отговаря така: „Най-първо ще уредим всички работи, които са близо до нас, физическите, а щом тях можем да уредим, по същия закон на развитие ще можем да уредим и духовните." [176]

Това е ключът към съвършенството, към вечното развитие и духовното издигане. Първо близките, непосредствените проблеми и задачи трябва да се уредят. А това са проблемите с нашето тяло. То е първото стъпало по стълбицата на еволюцията ни. В желанието си по-бързо да се издигнем, не може да прескачаме стъпала, без да пострадаме. Не може да мислим за духовни неща и напредък, ако нещо ни спъва и дърпа назад. Физическото ни съществуване трябва да се уреди до съвършенство, за да пристъпим към духовното. Необходимо е да се освободим от отрицателните си връзки с физическия свят. „Най-първо човек трябва да съдържа в себе си онези елементи, които носят безсмъртие. Всеки човек трябва да функционира със закона на Любовта." [40] „Вашите грехове са създали болестите ви и вие никога няма да се освободите от тях, докато не ги премахнете." [56] За да премахнем греховете си, а с това и болестите си, трябва да започнем с любовта. Любовта към живота и Всевишния. Но все пак греховете стоят на преден план. Дънов казва, че за очистване от греховете трябва да се започне от най-близкото, от физическото у нас. В случая това са овладяването на низшите влечения и укрепването на физическото ни здраве. Но мнозина искат да прескочат физическото си съществуване и свързаните с него слабости.

Учителя казва: „И до днес още мнозина се стремят към изтока, към индуските системи. Обаче едно трябва да се знае, много индуски правила и методи не отговарят на живата, ра-

зумна природа.“ [1] В индуската философия и школи се прилагат методи, носещи риск за здравето, а от друга страна, от психическа гледна точка, се всажда стремеж за безполезен контакт със същества от друг свят. Това също е рисковано, тъй като изтощава силите на организма и отклонява духовното направление.

„Една опасност съществува за окултните ученици. Тя се заключава в тъй наречения вампиризъм, т.е. изчерпване жизнените сокове на човека. Това могат да правят само ония, които познават окултните закони. Обаче такова нещо е абсолютно забранено. Школата, в която сте влезли, абсолютно забранява това. Изчерпването на жизнените сокове на човека не е нищо друго освен тунеядство.“ [1]

Отрано Дънов е предпазвал слушателите си от занимания, които излишно ще им загубят времето и носят рискове. Основните задачи на всеки човек са работа над себе си, изграждане на добродетели, хармонизиране на връзките с околните чрез любовта и те не трябва да се пропускат нито за миг.

„Дотогава, докато човек е свързан със своя личен живот, или със своя семеен живот, или с човешкия живот, той е все ограничен. Това са четири положения, които трябва да надраснете.“ [11] „Ще помните следното: като дадеш веднъж обещание, ти си задължен вече да го изпълниш, нищо не може да те извини.“ Обещанията в духовната сфера са обвързващи и с последствия при нарушаването им. Трябва воля, вяра и постоянство в изпълнението на поетите задължения. В противен случай няма прогрес. „Много духовни хора, които работят съзнателно върху себе си, често се заблуждават, като мислят, че са освободени от своя личен живот, т.е. от живота на личността. Мъчно е човек да се освободи от своята личност.“ [18]

„Трябва ли човек да има желания? В индуската философия е казано: „Убий всяко желание в себе си.“ Това обаче се отнася до специални случаи, до ученици, които влизат в известни области на живата природа с цел да ги изучат.“ [120] „Истинската вяра почива на опитността на самия човек. Следователно за човека е съществено това, което иде отвътре, а не отвън.“ [20] Вярата се основава на знание и опит. За да се уверим в същността на дадено учение, философия или прави-

ло, трябва да сме го обмислили и най-вече изпитали. Но най-често личните ни чувства ни спъват. Те забулват мисълта и вярата ни, като ни отклоняват от взети решения и дадени обещания.

„Какво е предназначението на личните чувства? Те имат предвид самозапазването на човека. Когато личните чувства са силно развити, човек се намира в един низ свят. Личните чувства съществуват във всички животни." [21] „Когато се каже, че човек трябва да чисти съзнанието си, това значи,да се освобождава от всички низши мисли, чувства и желания, остатъци от миналото." [22] „За да постигнете своите идеали, от вас се иска постоянство. Постоянството е отличителна черта на новия човек, на хората на новата култура." [21]

„И тъй, след като човек разбере външната страна на физическия живот и после разбере вътрешната страна на духовния живот, той влиза вече в Божествения живот — в закона на единството." [25] „Най-първо трябва да бъдете господари на своето тяло. Всеки, който не е господар на своето тяло, не може да бъде господар и на външните условия. Защо? Защото външните условия са подчинени на господаря на органите. Движенията, които ние правим, имат външна, видима или материална страна, а същевременно имат и невидима духовна страна." [175] „В окултната школа не се позволяват безсъзнателни движения. Там всяка мисъл трябва да бъде строго подредена." [175] Отново Дънов настоява да овладеем тялото си, да сме негови господари, и то до такава степен, че да следим и баналните си движения. А това изисква работа над себе си, тренировка и постоянство. Нека опитаме, като се движим, да следим с мисълта движенията си, да чувстваме ритъма на дишането си, да възприемаме околността и пътя, да сме целеустремени и концентрирани и т.н. Ще видим, че е трудно,но постижимо. „Като ученици вие трябва да работите съзнателно върху себе си, да знаете каква е службата на вашите системи не само във физическия, но и в духовния свят. Например службата на стомашната система на физическия свят е да смила храната, а в духовния — да прекара страстите и низшите желания на човека през смилане, да ги надроби на ситно и да ги изпрати нагоре, към огнището." [42] „Човек може да се свързва с невидимия свят само чрез физическото

си тяло.“ [42] Но за да ни служи това физическо тяло за връзка с невидимия свят, то трябва да бъде изцяло под контрол на разума и волята ни.

„Съвременният човек е слязъл до дъното на своето падение и едва сега започва да се повдига. Той трябва да се върне към онази първична форма на развитие, която е имал някога. Ние не говорим за първобитната, за първичната форма, представител на която е бил Адам. Човек трябва да се върне към онази епоха, когато е бил под благоприятното влияние на слънцето.“ [44] Смята се, че първичната, чистата, неопетнената форма на човека е била в епохата на Адам, т.е., когато човекът се е отделил като самостоятелен дух от Бога. Но след това Адам и заедно с Ева, под нейно влияние, изпадат в индивидуализъм, т.е. искат самостоятелно да узнаят истината, без да имат опит и знание. Това ги е подвело и настъпва „падението“, т.е. слизането в сферата на физическия свят. Едва тогава човекът осъзнава грешката си и започва да се стреми към възвръщане в първичната си форма. За постигането на това се изисква пълно изчистване от низшето, животинското. Човекът като творение на Първоизточника и найвисша форма на природата има заложено в себе си величието и съвършенството. То е кодирано в него и му дава импулс към пълно овладяване.

„Ако Христос казва, че е Бог, то е затова, защото Бог се е изявил в човешка форма. Значи човешката форма играе известна роля в света. И следователно целият космос е съставен по образа на човека. Всички съвременни учени хора, които дълбоко са осведомени за тайните на Битието, твърдят същото. Целият космос се представя във форма на един човек. Следователно всяка една част от твоето тяло отговаря на съответната част на туй голямо тяло.“ [71]

А все пак каква е задачата на човека тук, на Земята?

„Задачата на ученика е да се освободи от всички странични влияния в своя живот, насадени в него било по наследство, било от въздействието на окръжаващата среда. Той трябва да се освободи от чуждото в себе си и да остане само с онова, което Първичната причина е вложила в него още при създаването му. Освободен веднъж от чуждото в себе си, той трябва да развива своите сили, своите дарби и способности,

да изработи в себе си нещо самостоятелно, независимо и оригинално." [78]

„Хубостта на живота е именно в това, че според вътрешното развитие на духа и ние ще се изменяме постоянно, защото, както виждаме, създаването на вселената е процес, поставен на постепенно развитие, в който и Бог постоянно се изявява. Той се изявява в живота, в хубавото и красивото и в това изявяване ние живеем." [80] „Ако не можете да развиете физическите си сили на Земята, на същото основание вие не можете да развиете и висшите си сили на небето. На Земята ще се развивате физически, ще упражнявате мускулите си, на небето ще се развивате духовно." [75]

„В съвременния живот на човека има ред архаически, ред атавистически идеи и чувства, които се преповтарят периодически. Често и напреднали, разумни хора, когато изпаднат под влиянието на тия атавистически мисли и чувства, изгубват присъствие на духа си, изгубват яснотата и бистротата на съзнанието си." [96] „Съвременните хора, както и учениците на окултизма, са дошли до опасно положение. Те са затънали в областта на свещения егоизъм и мислят само за себе си, за своето спасение и самоусъвършенстване." [81]

В какво ще видим нашето спасение от този свещен егоизъм?

„Болестите са дадени на хората за придобиване на смирение. Всяка болест е особена задача, с която ученикът трябва да се справи." [83]

„Казвам: всеки който не използва живота на настоящето, в който съзнанието се разговаря, ще се натъкне на големи противоречия." [84]

„При сегашните условия на живот човек не може да бъде нито щастлив, нито много умен. Защо? Възможностите му са ограничени. Виждаме, че и най-учените хора има още да се учат. Те не са дошли до знанието, с което разполагат възвишените същества." [109] „Мнозина казват: „Ние, Белите братя. Вие още не сте Бели братя, а сте само оглашени. Много време има още, докато станете Бели братя. Сега сте само сенки на Белите братя." [115]

„Аз изнасям тия факти, за да обърна внимание на обстоятелството, че откакто хората са се отклонили от правия път,

те са забравили всичко онова, което първоначално им е било предадено, и днес отново го учат. Ако птицата може сама да се ориентира в живота, ако микробът знае как да живее, то и човекът като разумно същество, направен по образ и подобие Божие, ще може сам да се справи в живота?“ [129]

„Не презирайте тялото си. Каквото тяло ви е дал Господ, бъдете благодарни, понеже без него не можете да живеете. По-добро тяло от сегашното не може да имате. Не искайте друго. Бъдете благодарни нему и го пазете хубаво, защото тялото е резултат на вашите мисли, чувства и постъпки в миналото.“ [131]

„От детинство до 33-годишна възраст човек постепенно се изкачва до зенита на своя живот. До това време каквото пожелае, става; работите му се нареждат както той иска. От 33 години нагоре слънцето на неговия живот слиза надолу и работите му вече не стават както той иска.“ [132]

„Красотата е качество на човешката душа. Когато душата се проявява, човек става красив. Красивият има особени черти на лицето, особен израз на очите. Като погледне някого, той прониква до дълбочината на душата му. В неговия поглед се крие любов.“ [127]

Имаме ли научни данни, че човек може да проникне в същината на явленията и нещата? Може ли да се разчита на това, че човек ще контактува със същества от по-горни измерения (светове)? Може ли човек да предусеща явления, които са далеч по време и място от него? В това отношение Дънов казва следното: „Материята, в която живеем, има четири агрегатни състояния: твърда, течна, въздухообразна и лъчиста. Днес ние живеем и се ползваме най-много от твърдата материя, от почвата. Обаче има същества, които коренно се различават от рибите, от птиците и от човека. Те живеят в светлината, в лъчистата материя, дето имат условия да се проявяват.“ [119]

Как можем да си обясним това по научен път? Същината на света ни подсказва, че извън третото измерение, в което живеем, силите и явленията са в друго състояние. В тези повисши измерения не може да очакваме да има статични форми, каквито има в нашия живот. Там той трябва да е в постоянно променящо се състояние, динамичен. С помощта на

съвременните понятия за структурата на материята и енергиите има учени, които се мъчат да ни изяснят тези представи. Проф. Б. И. Искаков от Московския институт за народно стопанство „Г.В.Плеханов“ разработва хипотеза, която нарича „лептонно-електромагнитна“. Тя се основава на уравненията на физика Шрьодингер [252]. Искаков ги нарича „уравнения на съдбата“, поради идеята за всеобщата зависимост и взаимообусловеност на безбройните явления във Вселената. Това всъщност е идеята за причинно-следствената връзка, тъй като всяко отделно събитие поражда последствие и всяко последствие е предизвикано от дадена причина. Искаков смята, че на базата на тези уравнения на съдбата може да се обясни способността на човек да предвижда събитията, съзнателно да им влияе, а и в определени случаи дори да ги предизвиква. Тъй като цялата Вселена е изпълнена от микролептоми, а днес се говори за вакуум, изпълнен с виртуални частици, то уравненията на Шрьодингер ни подсказват, че следствие квантоването на Вселената, т.е. скокообразното развитие на събитията, могат да се дешифрират пред- и след — сигналите на събитията. „Като се дешифрират например предсигналите, за всяко събитие може да се научи, преди да е дошъл основният му сигнал. А след като се дешифрира следсигналът, може да се възстанови картината на отминалото събитие. С други думи, намираме обяснение на явлението на относителна проскопия, когато някои чувствителни хора получават предупреждение за събитието, преди останалите.“

За да обясни тази възможност на човека да бъде ясновидец, авторът си представя човека „под форма на тяло, което отвън е заобиколено с многопластов „скафандър“ от невидими микролептоми“. Това ще рече, че човек има своя невидима енергийна обвивка, невидими енергийни тела, които служат за връзка с енергийните среди на световете от по-висшите измерения. Искаков смята, че физикът Ръдърфор е искал сам да обясни хипнозата, телепатията, ясновидството с неутриното, микрочастица, която носи информация. А Циолковски смятал, че могат да съществуват същества с разредена материя. „Последователите на Циолковски — казва проф. Искаков — днес твърдят, че обикновеният човек със силата на волята си е способен да отдели от себе си свой информа-

ционен енергетичен двойник от свръхлеки микрочастици-лептоми. Изпращайки мислено невидимия разузнавач, можело да се получи информация на хиляди километра от човека-оператор.“ [252]

По горния начин учените в СССР искат да обяснят едно експериментално наблюдение: „През 1984 г. пред голяма аудитория по време на „кръгла маса“ в редакцията на списание „Природа и човек“ беше направен много интересен експеримент — сеанс на дистанционно диагностициране. В него участваха седем екстрасенси (особено чувствителни лица-ясновидци). Намирайки се в Москва, те изследваха, от разстояние, жител на Владивосток, който по време на сеанса спокойно си спеше в своя град. Независимо един от друг операторите-ясновидци записваха своите диагнози на отделни листи, които след това бяха запечатани. Изпитваният, т.е. обследваният жител на Владивосток, беше подложен на медицинско изследване, в своя град, преди и след експеримента-сеанс. Данните от медицинското изследване с психологическия му самоотчет бяха изпратени в Москва. След като сравниха показанията на участващите в експеримента ясновидци с тези от изследванията във Владивосток, членовете на експертната комисия бяха поразени: в основата си диагнозите на всички оператори-ясновидци не само съвпадаха, но се оказаха по-подробни от данните на официалното медицинско изследване.“ [252] Този експеримент показва, че човек може да се изяви духовно и да осъществи връзка от разстояние или да предусети явления, които тепърва ще се извършат. Дънов казва: „Външният човек е временна проява на вътрешното единство в него, изразено чрез ума, сърцето и волята, от една страна, и чрез душата и духа, от друга. Той е свързан посредством една нишка с вътрешния човек, т.е. с вътрешното единство в него.“ [112] „Всеки човек, който може да съедини всички форми на физическия и духовния свят в едно цяло, е завършил своето развитие, т.е. престанал е да еволюира, да се развива, а само ще се проявява.“ [103]

„Един ден, когато човек научи законите да владее клетките си, да разширява и смалява тялото си; да го разпръсква в пространството и пак да събира частите му, той ще минава през всички пропасти без препятствия. Чрез силата на воля-

та си той ще може да лети във въздуха като птица, да минава океани, да пътува от Земята до Слънцето." [95] Разбира се, такова състояние на човека не се постига за ден-два, както не може да се осъществи и от всеки. Това могат йогите,посветените и адептите. Дънов казва, че постигането на такова съвършенство става, като се започне от най-близкото до нас, от най-простото, което имаме на разположение — нашето тяло. Ние трябва да го опознаем и овладеем. Само чрез него ще можем да се свързваме с духовния свят. Затова Дънов ни учи да не презираме тялото си, а да го усъвършенстваме." Апостол Павел казва: „Има тяло естествено, има тяло духовно." Онова тяло, което е направено по образ и подобие на Бога, е бъдещото тяло. И когато влезем в него, ще добием свободата, която търсим." [63]

Дотук разгледахме духовната същност на индивида, която е самият човек, облечен в своето физическо тяло, за да може да пребивава на физическия свят. Но това тяло отговаря на духовното му развитие. Ако можем да изучим конструкцията и същността на тялото си, ние ще можем да опознаем и нашия дух, и степента на неговото развитие. Затова в следващия раздел ще разгледаме същността на нашето физическо тяло.

2. Физическата същност на човека

„За да разберем вътрешната страна на живота си, ние трябва да изучаваме своето тяло. Единственото реално нещо, с което можем да се занимаваме, това е нашето тяло. Трябва да започнем от тялото си." [57]

Дотук установихме, че духовната същност на човека, нейното богато съдържание са изразени на физическия свят чрез тялото. То е творение на духа и душата, но същевременно е и съчетание на разумните закони на природата; огледален образ на душата на човека, но и микрокосмос, в който са отразени законите на целия макрокосмос; това сме ние, материализирани в обятията на биосферата на земята. От това след-

ва, че ако познаваме детайлно конструкцията и частите на тялото си, техните взаимоотношения и хармонизиране, можем да проучим нашето минало развитие, както и да предскажем бъдещето. В настоящето време тялото може да бъде само наш сътрудник в реализацията на живота и в осъществяването на идеите ни.

В този раздел на книгата ще се опитаме да проучим тялото, неговите закономерности и части не само анатомически, а повече като органи с определен смисъл и съдържание. Да проникнем в тяхното духовно предназначение и да разберем отражението на вътрешните качества и сили на човека.

2.1. Тялото като цяло и същност

„Трябва да се знае, че всяка форма е потребна, за да се изрази чрез нея едно съдържание, а всяко съдържание е необходимо, за да се изрази вътрешният смисъл на самия живот.“ [174]

„Тялото, в което вие сте поставени, което ви служи в живота, е само едно условие да може вашият разумен живот да се прояви.“ [56]

„Тялото е храм Божи. Това е най-голямото богатство, което имате.“ [83]

„Нужна ви е една положителна наука, за да разберете законите на великата природа. Затова трябва да имате здраво тяло, клетките на което да бъдат в абсолютна хармония, всички да работят едновременно и да спират едновременно.“ [4] „Оценявайте тялото, което ви е дадено, както цигуларят цени и пази цигулката си.“ [153] „Преди да познаеш това, което е вложено в тебе, ти трябва да изучиш своя организъм, вътрешните и външни органи.“ [155] „Сега всички трябва да си създадете малко усилие, да проучите вашето тяло.“ [8]

Много отрано Дънов е призовал учениците си да започнат изучаването на своето тяло, да го укрепят и хармонизират, за да им служи то вярно по пътя на духовното издигане. Тук ще цитираме ред мисли на Учителя, които нямат нужда от коментар:

„Писанието казва: „Ние сме храм и Бог живее в нас, и всичко в нас е живо.“ [8] „Законът на сегашното развитие изисква да се започне с физическия свят, с материалното, а не с духовното. Това се налага. Апостол Павел казва: „Първо видимото, а после невидимото.“ [35] „Само ангелите и светиите могат да живеят без плът. Всички животни, всички хора са облечени във форми, които отговарят на тяхното развитие. В този смисъл всяка форма изпълнява известна служба.“ [51] „Човек трябва да разбере физическия живот основно: и биологически, и геометрически, и астрологически, и математически, и психологически. Той трябва да владее всички елементи на живота. Който не може да управлява своите органи, той не разбира физическия живот.“ [56] „Та казвам: човешкото тяло, което имаме, е целият капитал, богатството, чрез което трябва да създадем своето бъдеще.“ [56] „Мислите ли, че ние, съвременните хора, с тия хилави тела ще можем да се занимаваме с велики работи?“ [71] „Знайте, че всички органи, които съставят вашето тяло, от най-голямия до най-малкия, имат велико предназначение. От тях зависи нашето бъдеще.“ [86] „За да се спаси от нещастие, понякога човек може да намери спасение в челото си, понякога — в носа си, в устата си, във веждите си и т.н. Трябва да се знае за даден случай къде да се търси спасение. Всеки уд от човешкото лице представлява област, в която разумните същества са вложили по една идея.“ [107]

Частите на лицето Дънов представя алегорично, тъй като всяка част има своя идея. Ще видим по-късно, че челото отразява мисълта, носът — ума, устата — чувствата, брадата — волята и т.н. „Тялото, в което човек живее, е къща, която има два прозореца, две входни врати, два вентилатора, две телефонни слушалки. Господарят на тази къща има на разположение десет слуги — десетте пръста.“ [121] „Бог е дал на разположение на човека 31 слуги: две очи, две уши, две ноздри, една уста, два крака, две ръце с по десет слуги на тях. Какво по-голямо благо от тия 31 слуги? Природата е дала в услуга на човека много слуги, но той не знае как да се разпорежда с тях, не знае имената им.“ [133]

„Всеки орган на физическото тяло е свързан с един от четирите свята (физически, астрален, умствен и причинен). Чер-

ният дроб например е свързан с астралния свят, т.е. с духовния свят или със света на чувствата. Той регулира низшите чувства на човека, поглъща отровите на организма и ги трансформира.“ [144] „Имайте предвид, че всичко по тялото е добре обмислено и съответствува на нещо вътрешно.“ [3] „Клетката е проекция на духовния свят във физическия.“ [174] Физическите измерения широко, дълго и високо имат своето отражение и в биологическия свят на природата. Дънов казва: „Първото измерение е за тялото. Второто измерение е за сърцето, а третото — за ума. Тези измерения представляват заедно първото измерение на духовния свят. А пък измеренията на духовния свят заедно са първото измерение на Божествения свят.“

„Жената е формата, в която се възпитават човешките чувства. Мъжът е формата, в която се възпитават човешките способности. В бъдещето мъжът и жената ще се слеят в едно — един човек, съвършения. Цялостният човек ще може да вижда във всички посоки — това е ясновидството.“ „Човек трябва да знае как да се пресъздаде. Както сме устроени сега, ние сме хилави, крехки и такива, каквито са нашите тела, в много отношения нашият живот виси на косъм. Значи тялото, в което живеем, не е много сигурно.“ [40]

„Затова, като кажем, че всички хора не произтичат от един баща, подразбираме, че има няколко вида материя, от която хората са създадени и следователно телата на всички хора не са образувани от една и съща материя...Алхимиците в организма работят сега, т.е. превръщат, търсят начини да накарат низшите елементи, които функционират в човешките тела...(ще започнат да правят тела, в които хората ще функционират), да заработят в една нова обстановка. Тогава хората няма да грешат, а ще възкръсват. И тъй, ние се намираме при създаването на своя организъм, при създаването на своя ум и своето сърце.“ [55]

Дънов представя алегорично как силите на живата природа пресъздават материята на тялото ни паралелно с издигането на нашето духовно ниво.

„Според окултизма, всяко от телата на човека е величина. Физическото тяло е една; астралното — втора; менталното — трета, и причинното — четвърта. Тези четири тела предс-

тавляват четири координати.“ [3] Знаем, че тримерния свят има три координати, а тук се говори за четири. Ако първите три величини: физическото, чувственото и умственото, са в обсега на тримерния свят, то четвъртото, причинното, е в по-горно измерение. То няма физическа съставка, но може да се изяви като енергийно явление у по-напредналите хора. Споменахме за проф.Б.И.Искаков [252], който въз основа на силовите полета изгражда идеята, че човек е заобиколен с „многопластов скафандър“ от невидими микролептони. Същият автор продължава: „Като се знае за тях, не е трудно да се отговори на въпроса, какво означава светенето около главите на светиите или на мадоната, изобразено в картините на старите майстори иконописци.“ Значи, аурата на човека е съставна част от духовния му двойник, който е съставен от извънземните му невидими тела (причинното).

„Слязъл на земята, човек се явява с добре развито тяло. Днес то му служи като база, върху която се развиват другите тела: астралното, менталното и причинното.“ [3] „У някои хора физическото тяло е напълно развито, затова те могат да минат в астралния свят и да започнат строежа на астралното си тяло. У други хора физическото тяло не е напълно развито, следствие на което те дълго време още трябва да прекарат на физическия свят, докато напълно завършат строежа на физическото си тяло.“ [3]

Сведенборг [281] казва, че ако хората имат добре развито и хармонизирано тяло като неговото, и те ще могат да се излъчват с духовното си тяло и влизат във връзка със съществата от духовния свят.

„Физическото тяло представлява основа на астралното; астралното е основа на менталното; менталното — на причинното и т.н. Едно трябва да знаете: всяко тяло трябва така да е усъвършенствано, че да може свободно да расте и да се развива в съответния за него свят.“ [3] „Вие не можете да разберете Божествения свят, докато не разберете физическия свят.“ [4] За кой ли път Дънов набляга на обстоятелството, че трябва на всяка цена да разберем физическия свят, да опознаем своето физическо тяло, да го доведем до пълно усъвършенстване и развитие, за да очакваме контакт с духовния свят.

„Човек е създаден при съвършено особени астрологически съчетания от тия, при които животните са създадени. С други думи казано, при създаването си човек е минал през специална врата, за да слезе на земята. В процеса на развитието си ембриото на човека е минало в утробата на майката през около 400 — 500 хиляди по-низки от него форми, докато дойде до човешката. Днес формата на човека е най-съвършената, с която се е изявил животът на земята. Засега обаче той трябва да развива своя мозък, да го пригоди за бъдещите условия. Най-устойчивото вещество в целия човешки организъм е мозъкът." [4]

„Тялото на човека представлява вътрешното съдържание на главата. Действително, развитието на главата се проектира чрез тялото. Проявената деятелност на цялото тяло представлява смисъла на главата." [4]

Известно е, че всички органи, а можем да кажем, че и всяка клетка от тялото на човека има свой център в главния мозък. Затова Дънов казва, че тялото е вътрешното съдържание на главата. И тъй като нервните разклонения от мозъка ръководят деятелността на всички органи, тази деятелност представлява смисъла на главата. От друга страна, конструкцията на главата и нейните органи (например лицето) отразяват развитието и състоянието на физическата и духовна същност на човека. Това ще проследим по-късно. „Колкото по-висок ръст има човек, толкова по-благоприятни са условията на неговото развитие." [4] „Стремете се към простота, към яснота в своите разбирания. Всички неща в живата природа са ясни, прости и разбираеми. Тя казва: ако простите неща не разберете, и сложните няма да разберете; ако простите разберете, и сложните ще разберете. Това е казал Христос в стиха: „Ако земните работи не разберете, как ще разберете небесните?" [4] Човек като отражение на макрокосмоса съдържа в себе си условията на всички измерения на вселената, т.е. на всички светове. Затова Дънов казва: „Тия три свята съществуват и в човека: главата е Божественият свят; дробовете и сърцето са ангелският свят, а стомахът — физическият свят." [154]

„Човешкото тяло не е завършено още. Всеки трябва да знае какво му липсва. Рядко ще срещнете хора с добре офор-

мена глава, с правилно чело, нос и уста. В някои липсва центърът на хармонията, в друг — редът, в трети — времето, в четвърти — музиката, и т.н." [153]

„Бъдещето изисква нова философия, ново разбиране, нов начин на живот." [154] „Физическият живот е импулс за духовния." [154]

„Човек е дърво, съставено от други две дървета. Тия две дървета съставляват две главни системи в човека: мозъчната и симпатичната нервна система. Клоните на мозъчната система се разпростират надолу чак до крайниците на тялото, а корените ѝ са горе в мозъка. Корените на симпатичната нервна система са насадени в ганглиите, т.е. в стомашния мозък (слънчевия възел), а клоните ѝ отиват нагоре. Мозъчната система е носителка на електричество, затова, ако тя се развие повече от другата, човек почва да съхне. Симпатичната нервна система се отличава с обратни резултати. Тя е носителка на магнетизъм. Когато е развита у някой човек, той надебелява, явява се натрупване на излишна енергия, която се обръща после в тлъстини." [6]

Дънов представя двата типа — интелектуално-мисловния и флегматичния човек. Първият е активен с мисълта си, а вторият с чувствата. Следствие на това първият повече харчи, а вторият повече трупа.

„Божият дух от хиляди години е работил върху нас и ни е дал един организъм с крака, ръце, мозък, сърце и т.н. Ако ние при сегашния си живот не можем да контролираме нашия организъм, с неговите сили — мозък, това сърце, тия нерви, артерии и всички клетки в него, какво очакваме тогава? Вие ставате сутрин и нищо не мислите за вашето тяло. Изпратете вашата мисъл към тялото. А вие ставате и нищо не мислите за тия работници. Сегашните хора не мислят, че в клетките има съзнание. Не, в тях понякога има такава интелигентност, каквато хората не предполагат. Здравето ви, способността ви зависи от вашите клетки. Вечер преди лягане пак им пратете по една добра мисъл и си легнете. Като станете сутрин, ще усетите едно особено приятно разположение." [8] „Мнозина от вас трябва да преустроят тялото си. Това е доста трудна задача, с която съм ви занимавал толкова години, но същевременно тя е задача, която може да се раз-

реши разумно.“ [8] „На земята няма по-сложно същество от човека. Органически той е най-сложното същество; геометрически е най-сложната формула. За да се изучи човек, се изискват ред години, а това е въпрос на бъдещето.“ [9] „Когато дойдем до същността на живота, трябва да се стремим да изучим всички органи в човешкото тяло, както тия, които извършват важна и почтена служба, така и тия, които извършват непочтена работа, и ще видим, че всички са еднакво необходими и важни. Въпреки това вижте каква грамадна разлика има между очите и дебелото черво.“ [15] „Човек трябва да прави опити, докато намери мястото, където се произвежда мисълта. От това място излиза бяла приятна светлина. То се намира някъде на главата. Когато краищата на пръстите на човек са много чувствителни, той с пипане ще намери тази част от главата, дето се отделя светлина, а ние знаем, че светлината е признак на мисълта.“ [18] Мозъкът при активна мисловна дейност излъчва електромагнитни вълни, които днес се използуват при извършване на електроенцефалографично изследване.

„Сам по себе си човек представлява богат материал за изследване. Той не познава своя ум, своето сърце, нито живота си. Той трябва да се върне хиляди години назад, да види през какъв живот е минал. Първото нещо, на което един ден ще се натъкне, ще бъдат вашите минали съществувания. Като започнете да ги разглеждате, ще разберете закона за еволюцията и инволюцията. Тогава ще разберете как са се развивали у вас едни чувства и способности за сметка на други.“ [20] „Като изучавате формите, през които е минал човек, виждате, че за създаването на днешните хора природата е употребила около 18 милиона години. Като проследите развитието на човека в утробата на майката, от ембриото до сегашната си форма, виждате, че в един кратък период от 9 месеца той е минал през всички форми на живота.“ [22] „Значи ще дойде ден, когато учените ще разрешат въпроса за създаването на света и за произхода на човека. Една от сегашните теории поддържа, че произходът на живота е от клетка. Клетката се е размножила чрез делене и по този начин е дошла до образуването на различни форми на съществуване. Последната, най-съвършена форма в живота на земята, е човекът.“

[21] „Според философията на източните народи човек има седем тела, от които три главни: физическо, астрално и умствено, а останалите са допълнителни. Докато е на земята, човек работи главно с физическото тяло — най-подходящия инструмент на земята. С какво мисли човек? С умственото тяло. С какво чувства човек? С астралното тяло. С какво издирва причините и последствията на нещата? С причинното тяло. Това показва, че на човек му предстои голяма и велика работа — да развие всичките си удове до съвършенство." [24]

„Сърцето се намира във физическото тяло. Щом се лиши от тялото си, човек се лишава и от живота на сърцето си. Ето защо физическото тяло е обвивка, посредник, през който минават соковете отвън навътре, т.е. от външния физически свят към духовния." [31] „Човешкото тяло представлява инструмент, специална цигулка, с която той свири; струните са четирите основни темперамента, чрез които човек се изявява. Те са: сангвиничен или въздухообразен, меланхоличен или нервен, холеричен и флегматичен." [31] „Който е създаден по образ и подобие на Бога, той прилича по нещо на Него. Образът представлява неговото лице, а подобието — неговата ръка. Ръката е израз на Божията разумност в човека. По ръката се познава какво може да излезе от него. Образът, т.е. лицето, показва с какъв капитал разполага човек, за да вземе участие в предприятието, което ръката предвижда. Следователно, ако искате да знаете какъв е умът на човек, гледайте ръката му, ако искате да знаете какъв е капиталът му, гледайте лицето му." [43] „Красивото лице е израз на един богат вътрешен живот. Тялото на човека също така трябва да бъде стройно, красиво, понеже е израз на една божествена идея, която е работила с векове и още продължава да работи. Но засега човешкото тяло не представлява още завършен образ на Божественото." [43] „Аз говоря за онзи вътрешен живот, за онова дълбоко разбиране на живота, което, ако бихте приложили индивидуално, би ви дало сила, каквато всеки желае. В това именно е силата на живота. В съвременната окултна наука се казва, че човек сам може да се магнетизира и демагнетизира." [80]

„Защо се яви Христос на своите ученици? За да им покаже, че след смъртта има живот, и то разумен живот, и че ръката

никога не се изменя. Той можеше да става невидим и видим, да изменя коефициентите на пречупване на слънчевите лъчи. Понеже всички частици на тялото му бяха в състояние да пречупват всички слънчеви лъчи, Той ставаше невидим." [80]

„Сега, като изучаваме фазите на човешкото развитие, ние можем да ги разделим главно на три: първата фаза на човешкото развитие, от 1 до 7-годишна възраст, човек минава през положението на растенията. Като наблюдаваме живота на детето до 7-годишна възраст, виждаме, че периферията, около която се движи, е малка. От 7 до 14 години човек минава през фазата на животното. Той започва свободно да се движи и се отдалечава от дома си. От 14 до 21 започва да мисли, влиза във фазата на истинския човек. След 21-годишна възраст той отново минава в същите фази — има повторение." [92]

Видно е, че тялото като цялостна завършена форма е плод на хилядолетно развитие. То е най-завършената органична структура в природата и същевременно огледален образ на своя творец — духа. Понеже единствено човек има индивидуална част от Първоизточника — Божия Дух, ясно е, че и неговият представител на земята ще е най-завършената форма. Тя изразява цялата еволюция на духа, през време на многократното му пребиваване на физическия свят. Всеки орган, всяка част от тялото на човека отразява известна идея, възможности, стремежи и домогвания на духа и душата. Ние можем да опознаем индивидуалните им особености чрез опознаване структурата, формите и органите на тялото си. Същевременно ще изучим цялостното си развитие и възможности за по-висш духовен живот.

2.2. Тялото като отражение и на макрокосмоса

„И тъй, не е достатъчно само да изучавате човешкия организъм, както и характера на човека, а трябва да гледате на него като на жива, разумна станция, чрез която той влиза в съприкосновение с целия космос." [42]

Казахме вече, че като цяло тялото е крайното еволюционно стъпало в средата на биосферата на земята. То е продукт

както на идеята и творчеството на духа и душата, така и на единството и универсалността на законите в живата природа. От това следва, че всички негови части, форми, органи и системи отговарят и на дадени природни сили. Животът и неотложната връзка на тялото с природните закони и сили са неоспорими и трябва да се имат предвид при изучаването и поддържането му. Затова Дънов казва: „Ако почнете да изучавате човешкото тяло, ще видите цялата природа — човек е един микрокосмос; каквото става в цялата вселена, това става и в човека." [38] „Като ученици вие трябва да гледате на тялото си като на нещо свещено. Като пипа тялото си, човек трябва да знае, че то представлява част от великия космос. Следователно чрез него той има отношение към Космоса. Всяка дисхармония, причинена някъде в тялото му, внася дисхармония и в космоса." [45]

„За традиционното източно лекуване е характерен системният подход към живия организъм, като единно цяло (микрокосмос), намиращо се в хармония, в тясна взаимна връзка с окръжаващата го природа." [269]

Тази космополитна представа за тялото можем да сравним с организма като цяло. Той е съставен от милиарди единични клетки и отделни клетъчни системи. Те са свързани помежду си и са като част от едно единно цяло — тялото. Всяка дисхармония в него се отразява на отделни клетки, както и всяка дисхармония в клетките се отразява на цялото тяло. Такава жизнена взаимовръзка между цялото и частите наблюдаваме и между нашето тяло и макрокосмоса.

„Физическото тяло е проводник, т.е. велика инсталация на силите в природата. През нея минават двата вида природни сили: положителното и отрицателното електричество, положителният и отрицателен магнетизъм." [1] „Слънчевите енергии са положителни и се отразяват благоприятно върху човека. Земните енергии са отрицателни и се отразяват неблагоприятно върху него." [3]

Но и човекът, колкото и да е малък, в сравнение с великата природа, влияе на околната среда."Аз съм правил ред опити и наблюдения и дойдох до заключение, че най-малката неправилност в човека произвежда промяна в природата. Това става в малък периметър, където е даденият човек. Щом

измениш чувствата си и проявиш любов, и небето се прояснява.“ [154] Тази връзка човек-природа най-осезаемо се наблюдава в планината. Положителните чувства и настроения на туристите могат да задържат отрицателните промени на времето, докато хората се подслонят на сигурно място. Тази взаимовръзка не може да не съществува, щом космосът е едно единно организирано и хармонично цяло.

„Изучавайте себе си, изучавайте хората, животните и растенията, за да дойдете до понятието „космически човек“. В това понятие се включва цялата вселена. Космическият човек представлява Божественият организъм, на който ние сме удове. Голям, необятен е космическият човек, поради което виждаме само отделните му части, разхвърляни из цялата вселена.“ [155]

За да илюстрираме тази мисъл на Дънов, нека направим едно сравнение. Всяка клетка в нашия организъм не може да има представа за целостта, единството и хармонията, които съществуват в тялото. Тя осъзнава само непосредственото съседство на другите клетки и придобива представата за нещо неопределено и разхвърляно, без да вижда организираността и закономерността на подреденото цяло. Така и ние разглеждаме вселената. Но през последните години физици и астрономи виждат в нея едно единно цяло, обединено от универсалните качества, свойства и закони на вселенния вакуум. „Значи всеки човек на земята не представлява някакъв завършен образ, а само едно малко отражение на големия човек. Астролозите поставят всички хора в един голям човек, когото наричат Адам Кадмон.“ [12] „Всички елементи на външния свят, от външната природа, са свързани с вашето тяло и с вашия ум, вследствие на което всички промени, които стават с вас, неразположения на вашия дух, зависят от промените в природата.“ [30] „Съвременните астролози казват, че човек се намира в общение с цялата вселена, т.е. всички същества се намират в известно съотношение помежду си. Сърцето, мозъкът, очите, ушите, носът, устата като удове, през които минават сили, съответстват на известни същества в пространството.“ [30]

В подкрепа на тези мисли на Дънов ще цитираме някои учени. Проф. Де Рудер в своята книга „Метеоропатология“

[280], като и Лаковски в книгата си „Тайната на живота“ [279], описват непосредственото влияние на метеорологичните промени, годишните цикли, слънчевите петна и други природни сили върху здравословното състояние на организма ни. Лаковски наблюдава отражението на космическото лъчение върху растения, като чрез осцилаторни кръгове концентрира влиянието им в дадена област на растението. Обаче според други автори действието на така наречените атмосферни колебания не трябва да се разглеждат като първични болестни причинители, а като отключващи фактори при организъм, който вече е предразположен към заболяване.

„Един слънчев ден води до увеличаване резорбцията на фосфора в червата — покачване на фосфорното ниво в кръвта или реактивна хипокалцемия, а с това до покачване възбудимостта на периферната нервна система.“ [280] „Предразположението към простудни заболявания се дължи според Хилдебранд на промените в атмосферното електричество, както и на колебанията на земния магнетизъм.“ [280] „Шрьодер намира, че действието на атмосферното електричество влияе на пропускливостта на алвеоларните стени на белия дроб и оттук — на изхвърлянето на въглеродния двуокис и на приемането на кислорода.“ [280] „Бетман от своя страна констатира промени в капилярната картина на устната лигавица в зависимост от атмосферните процеси.“ [280] „При въздействието на промените в силовите пълнежи (електричество и магнетизъм) на природата върху болестните огнища на тялото народът противодейства с употребата на котешка кожа, вълнени платове, копринени платове или метални (медни, сребърни или златни) гривни, поставени около болестните огнища.“ [280]

Въпреки всичко непосредственият контрол над организма ни принадлежи и ние не трябва да оставяме външните условия да ни ръководят. „Работете съзнателно върху себе си, не очаквайте всичко от природата. Тя работи върху вас, но и вие трябва да бъдете в съгласие с нея.“ [42]

Да разгледаме някои подробности от прякото влияние на природните сили върху физиологията на организма.

„Нека вземем само промяната ден и нощ, която дълбоко повлиява функциите на организма у човека. Да вземем само

дневния ритъм на телесната температура. Доскоро беше под съмнение дали този ритъм е обусловен вътрешно, или външно, обаче след като Осборн и Гибсон направиха измервания през време на дълго морско пътуване, се установи, че телесната температура се пригажда винаги към местното време, че промяната ѝ се диктува от космически подбуди. Същото следва и от изследванията на Де Ръдер при кърмачетата.“ (К.Фридерхс [274])

„Организмът е толкова тясно свързан с природата, с нейните климатични ритми, че при животните редица физиологични състояния са изцяло зависими от тях. Приспособяването към околната среда осигурява и еволюцията на животните. Различава се космическо и биологическо време. Естествената периодичност на биологическия часовник у животните (бодърстване и сън) е синхронизирана с периодичността на външния ритъм, който играе ролята на еталон. На основата на тези изследвания се ражда науката хронобиология. Сексуалната зависимост при животните е изцяло свързана с климатичните ритми. Удължаващите и скъсяващите се фотопериоди през годината играят основна роля в организацията на поведението и функциите на животните.“ [253]

Но организмът реагира не само на макропромените в околната среда, но и на микроелементите, които влизат в него с водата и храната.

„Доколко организмът е чувствителен към елементите от околната среда, показват наблюденията на д-р Жак Бенвенист, хомеопат. Той констатира, че при едно разреждане от 10120 на антисерум против имуноглобин-Е се получава дегранулация на човешките базофилни клетки в кръвта. Наблюдението е проверено в авторитетни институти от известни учени. Носителят на Нобелова награда за химия Жан-Мари Лен казва: „На нивото на днешните знания в науката за молекулите, поне според мен, аз не разбирам как в биологията може да се предава информация при отсъствието на молекули. Не разбирам също така, как в течна среда, където движението на молекулите се ускорява прекалено много,може да се запази „отпечатък“. (Жан-Ив Но [254])

При посоченото разреждане от 10120 на дадено вещество теоретично може да се каже, че от него няма да се срещ-

нат даже единични молекули. Учените смятат, че разтворителят — водата, запазва в себе си отпечатък от разтвореното вещество и затова може да влияе като самото вещество. Говори се за „памет на материята". Такива разреждания използва хомеопатията при лечението на заболяванията. Въз основа на тази свръхчувствителност може да се обясни лечебното свойство на дадени водни минерални извори.

Такива микровещества осъществяват общуването между единични клетки в организма ни. Интересно е да се знае, че този междуклетъчен диалог у човека се среща и в растенията. „Говори се, че някои химически вещества, извлечени от растенията, по строеж или по функция наподобяват клетъчните медиатори в човешкия организъм. Сходството не се дължи на случайност, а на закономерност в общото еволюционно развитие." (Д.Рот и Д.Леройт [244]) Явно е, че животът на земята е единен, а законите, които го управляват, са универсални.

„Земята на човека е неговото тяло, с всички растения и животни по нея — риби, птици, млекопитаещи. Всичко това човек трябва да владее, но тъй като принадлежи на друг Господар, той носи отговорността за съществата, които стоят под него и на които става временен господар." [31] „Смисълът на естествените науки е само в това, човек да знае какви растения и животни съществуват, как живеят и се развиват, или в това, как става храненето, кръвообращението и т.н. Дойде ли до това знание, човек трябва да отиде по-нататък, да намери връзка между всички системи, да проникне до техния вътрешен смисъл и т.н." [20] „Тялото на човека е дадено като пособие за упражнение на волята. За да влезете в контакт, в пряко общение или правилна обмяна със силите на природата, непременно трябва да знаете как да владеете тялото си. Органите трябва да бъдат под контрол на волята." [3]

Преди време се смяташе, че контролирането на тялото може да става най-вече чрез нервната система, която изпраща съответните електромагнитни импулси до клетките и органите. Но днес се установява, че нервната система освен с електромагнитни импулси действа още чрез вещества, продуцирани от самата нея. Споменахме вече за ацетилхолин, който се про-

извежда от блуждаещия нерв на симпатичната нервна система и влияе на ритъма на сърдечния мускул. Дж. Пиърс е установил, че нервомедиаторът соматостатин, смятан изключително за продукт на мозъчната тъкан, се намира в голямо количество в стомашно-чревния тракт. И обратно, стомашночревният хормон холецистокинин се открива в мозъка. [242] Явно е, че взаимоотношенията на клетките, органите и системите в тялото са много по-сложни, отколкото ние предполагаме. Съществува пълна взаимозависимост и универсалност в обменните процеси на организма. „Теорията на Дж. Пиърс има и друго преимущество. Тя обяснява десетките съвпадения, свързани с междуклетъчното общуване с растенията и животните, както и някои странни сходства — например факта, че типичният за гръбначните организми тиротропин (хормон) се съдържа в люцерната; че в спанака се открива инсулиноподобно вещество; че трюфелите отделят молекули, които са еднакви със стероида, съдържащ се в тестисите на глиганите, които позволяват на свинете да откриват трюфели, заровени на голяма дълбочина.“ [242] Явно твърдението на Дънов, че животът е еднакъв и еднакво се изявява, трябва да се схваща буквално и като универсален принцип.

„В света съществува нова наука, достъпна за малцина. И наистина голямо изкуство е да виждаш човека цялостно — как се движат неговите мисли и чувства, как се проявява волята му и след това да разбираш неговия Божествен произход, какви влияния и сили се вливат в душата му.“ [88] „Грамадни сили са складирани в човешкия организъм. От изчисленията, които съм правил, съм дошъл до заключение, че във всяка клетка се крие такава енергия, която може да премести Земята на разстояние един метър от нейния път. Представете си тогава какво ще стане, ако всички клетки работят в съгласие и хармония помежду си. Те биха отклонили Земята от нейния път.“ [90]

Това твърдение Дънов изказва, след като Айнщайн беше открил формулата си Е = м.с2, която стана причина за направата на атомната бомба и беше създадена квантовата механика. Явно, Учителя следи откритията на науката и се съобразява с нея, като търси приложението ѝ в същността на живота.

Тялото на човека не е само чудновато по съдържание, но и по форма. То отговаря на строги геометрични закони, а същевременно отразява и законите на съзвездията.

„Голямото разнообразие на хората се дължи на това, че всеки човек е роден при съвършенно специфични за него планетни съчетания, различни от тия на другите.“ [90]

Тялото съдържа в себе си кодирани формите на цялата биосфера на земята, тъй като в процеса на еволюцията то е минало през всички биологични форми.

„Всеки човек е минал през формите на микробите, на растенията, на животните, докато най-после е дошъл до човешката форма. Следователно всички тия форми са в него.“ [89] „Всеки уд от човешкия организъм отговаря на известно число. Например още при създаването на очите разстоянието между тях е измерено с рационално число, но е достатъчно родителите на едно дете, с неправилен начин на живот, да изменят това число, за да изопачат неговия характер.“ [88]

„Нормално развит човек е онзи, в мерките на когото има правилно отношение: между височината и широчината му трябва да има съотношение; между ръцете и краката му; между главата, трупа и крайниците пак трябва да има съотношение.“ [88]

Пропорциите, за които говори Дънов, влизат в т. нар. „златно сечение“, въведено още от античните скулптори, художници и хора на изкуството. За съотношенията при това сечение ще говорим по-късно.

„Като разглеждаме човешкото тяло отвън, ще видите в него три триъгълника: от главата до раменете е първият триъгълник — с връх нагоре; от раменете до пъпа е вторият триъгълник — с връх надолу; от пъпа до краката (таза) е третият триъгълник — пак с връх нагоре. Човешкото тяло е резултат, проява на разумните сили.“ [127] „Човешкото тяло е синтез на всички процеси в природата. Ако го познавате,ще познавате видимия и невидимия свят. Ако познавате окръжаващите, ще разберете цялата вселена.“ [136] „Петте сетива на човека са свързани с петте свята или с петте вида материя, които се различават по степента на своите вибрации или трептения. И тъй, съществуват пет вида връзки: първата връзка произхожда от пипането или осезанието; втората произлиза

от обонянието; третата — от вкуса; четвъртата — от слуха, т.е. от разумната човешка реч, а петата — от зрението. Последствията от първите три връзки са 75% лоши, а само 25% добри. Последните две връзки са по-идеални." [95] „Цялото тяло е свързано с принципите на Божествения свят, със законите на духовния свят и с фактите на физическия свят. Ако ги изпълняваме разумно и съобразно, ние ще бъдем в пълно здраве."

От друга страна, частите на тялото са свързани или отразяват смисъла на известни функции на вътрешните органи. „Всеки външен уд в човешкия организъм има отношение към службите или функциите, които вътрешно се изпълняват. Например челото е израз на мисълта; носът — на чувствата; брадата — на волята. Същото разпределение на функциите е отбелязано и на пръстите на човешката ръка: първата фаланга на палеца е израз на волята; втората — на човешкия ум; третата — на чувствата. При слаба воля човек крие палеца си под другите пръсти, когато свие ръка в юмрук. Когато човек обезумява, държи пръстите на ръцете си отворени. Следователно дръжте палеца си винаги над юмрука, над другите пръсти. Палецът е най-важният пръст в човешката ръка. Когато изучавате патологичната проява на човешката воля, ще забележите, че първата фаланга на палеца на престъпниците е малка и топчеста... Ако първата фаланга е много дълга, такъв човек е своенравен. Обикновено втората фаланга на палеца трябва да бъде по-дълга от първата. Това показва, че умът трябва да вземе надмощие над волята." [1]

„Наистина тялото ни е едно богатство. Бог ни го е дал, за да живеем разумно. И ако живеем по Бога, това тяло ще се преобрази и ще стане духовно." [56]

„Пъпът на човека представя физическият център и като завъртите човека около този център, около пъпа, се образува правилен кръг, в който дължината на целия човек е диаметърът на този кръг. От пъпа надолу е физическият човек, а нагоре — духовният. Тия, на които раменете им горе стават широки, енергията се пренася към духовния свят, а когато тя отива към умствения свят, главата постепенно се разраства." [55]

Нека кажем някои неща за връзката ни с планетите от Слънчевата система — най-близкия космически строител на

тялото ни. Разбира се, от древността хората са разчитали само на 7 планети, тъй като толкова са познавали. Но, както казва Дънов, планетите трябва да са 12. Засега са познати вече 10 планети.

„По отношение на природата вашият мозък заема мястото на Слънцето; стомахът ви заема мястото на Земята; дробовете са съединителната нишка между Земята и Слънцето. През дробовете минават двете течения: артериалното и венозното. И в природата има венозно течение, което отива нагоре, и артериално, което отива надолу." [37] „Преди всичко човек трябва да знае, че астрологическите знаци не са само вън от него, те се намират и в човешкия мозък. В мозъка на човека има едно слънце, около което се движат планетите. Значи каквото виждате на небето, същото го има и в мозъка." [23] Вие трябва да знаете всяка планета в коя част на тялото ви действа. Според мислите, които вълнуват човека, можете да съдите за влиянието на една или друга планета в него. Силите на Марс правят главата кръгла, а силите на Сатурн, я правят продълговата. Сатурновият тип, от една страна, отрича чувствата, а от друга, ги търси. Единствената планета, към която Сатурн се отнася благосклонно, е Венера. Слънцето влияе главно върху слънчевия възел и симпатичната нервна система. [22] „Къде са проявите на Сатурн в човека? Костната система, кожата и ушите се намират под негово влияние. Жлъчката пък се намира под влияние на Марс." [22] „Човек трябва да координира своя слънчев възел с енергиите на Слънцето, енергиите на черния дроб — с тия на Сатурн, задната част на мозъка — с Венера, долната част на челото — с Меркурий." [22] „Казано е в Писанието: „Никой не живее за себе си." Значи, никой уд не живее за себе си. В този смисъл нито стомахът живее за себе си, нито дробовете, нито мозъкът." [42]

„Ако нарисувате човешкото лице геометрически, то представлява красива фигура. В него са концентрирани всички космически сили. Всички планети, всички слънчеви системи са отразени в човешкото лице. Следователно по човешкото лице можете да изучавате цялата астрономия." [82]

„Хиромантията е наука за волята. Физиогномията — наука за сърцето. Френологията — наука за ума. Астрологията

пък е четвъртата наука, която обобщава влиянията на планетите върху човека.“ [90]

„Когато Земята се е отклонила на 23 градуса от своя път, тогава и сърцето се е отклонило също така на ъгъл от 23 градуса. Тази е причината сърцето днес да е малко наляво, а не съвсем в средата. Един ден, когато Земята се върне в своето първоначално положение, тогава и сърцето ще се изправи, ще дойде точно в средата, а не както сега вляво.“ [78]

Да не забравяме, че в тялото са отложени и микроелементите на материята на Земята. Наличието на един или друг микроелемент оказва съответно влияние върху характера на човека. „Като наблюдавам хората, виждам, че всеки един човек индивидуално е направен от специална материя. В някои хора има вложено повече злато, в други има повече сребро, в трети — повече желязо, в четвърти — повече мед и т.н.“ [71] Микроелементите, особено на благородните и редки метали, са важна съставна част от изключително ценни органични вещества в организма. Витамините, ензимите, хормоните, ядрото на клетките, хромозомите, гените и др. имат в молекулите си важни и ценни елементи. Много от тях участват в обменните процеси, без да се видоизменят. Това са така наречените катализатори, без които не могат да се извършат много процеси в обмяната.

Виждаме колко сложни са връзките на тялото ни както с околната среда на земята, така и с космическите тела и сили. Тялото ни синтезира всичко в себе си. То отразява законите на природата, както с външната си конструкция, така и със състава на своите органи. Не на последно място са от значение химическият и биологическият състав на органичната материя, която изгражда клетките, клетъчните сокове и секреции. Всичко е плод на разумната жива природа. Но да не забравяме, че духовният ръст също взема участие в изграждането на тялото. То трябва да служи като инструмент в ръцете на духа и душата на човека. Затова тялото е огледален образ на своя творец — душата, и израз на идеята на своя ръководител — духа. Дънов отделя голямо внимание и значение на изучаването на тялото, на неговото поддържане в здраво и жизнено състояние и на хармоничното му развитие. Този проблем ще разгледаме в следващата глава на книгата.

2.3. Тялото като плод на духовната същност на човека

„Тялото е израз на човешката душа. Достатъчно е да изучите тялото на човека, за да познаете неговия вътрешен живот, скритите сили в него.“ [153]

Разгледахме отношението на духа, душата, ума, сърцето и мисълта на човека към тялото му. Казахме, че можем аналогично да сравним духа с архитект, който изработва план-проекта на тялото ни, а душата — предприемача-строителя, който е непосредственият изпълнител, реализатор на този план. Естествено че в зависимост от плана и неговото изпълнение ще имаме едно или друго тяло — добре устроено или не, здраво или хилаво. Следователно тялото освен, че отразява макрокосмоса, е плод и на духовната същност на човека. Но това, което е по-важно за нас и което казва Дънов, е, че като изучаваме тялото си, можем да опознаем вътрешния живот на човека: „Всеки уд в тялото на човека е среда, проводник на известна по-висша енергия.“

„И тъй, нашите очи, уши, вежди, както и цялото тяло се формират според нашите идеи.“ [184] „Тялото е образувано по заявка на съзнанието и самосъзнанието, а в бъдеще ние ще образуваме своето тяло по закона на подсъзнанието и свръхсъзнанието.“ [55] „Ако човек не може да преобрази своето тяло, което е резултат на неговата душа, как ще може да работи с по-висши сили? Силата на човека зависи от онова, което той упражнява върху своето разумно тяло.“ [56]

Разбира се, преобразяването на тялото трябва да започне с укрепване на здравето, т.е. удължаване на живота му чрез разумна физическа хигиена. В случая решаваща е окултната хигиена, т.е. високонравственият живот. „Обикновената хигиена може да продължи живота ви до 120 години, а окултната хигиена може да го удължи до по-дълъг период... Единственото нещо у човека, което не заболява, е неговият дух.“ [55]

Платон и Питагор например пишат за високонравствения, продължителен и активен живот на древните гърци-пелазги, които смятали, че смърт на 70 години е смърт в люлката. [269]

„Както физическото тяло има своя физиология и анатомия, така и астралното, менталното и причинното тяло имат

своя физиология и анатомия. Физиологията и анатомията на по-висоските тела е подобна на тази на физическото тяло." [2]

Как бихме си представили анатомията и физиологията на телата от отделните светове и йерархии, ползвайки принципите на единството и универсалността на законите в света? Да направим аналогия с някои явления от третото измерение на физическия свят. Водата като едно от най-универсалните съединения на земята се явява в три агрегатни състояния, така различни едно от друго, че бихме казали, че това са вещества от три свята — ледът и снегът, течността и парата. По същество тези три състояния са едно и също нещо (H2O). Голяма е обаче разликата между леда и парата, те имат много различни качества! По аналогия бихме си представили и състоянията на телата от физическия, астралния, менталния и причинния свят. По същество единни, но по състояние различни.

Даже и във физическия свят едно действие, факт или явление има своята поляризация. То се изявява в различни степени и зони. Например една характерна за човека черта е проектирана в няколко точки от зоната на тялото. „За да се докаже, че едно качество или една характерна черта в човека е действителна, тя трябва да има признаци на три места: на главата, на лицето и на ръката. За да се докаже дали даден факт е абсолютно верен, той трябва да се изпита в трите свята: физически, духовен и Божествен." [4]

„Ако краката ви изстиват, доброто е слабо у вас. Ако ръцете ви изстиват, справедливостта ви е недостатъчна. Ако очите ви недовиждат, нарушили сте някъде истината. Ако ушите ви недочуват, нарушили сте мъдростта." [154]

„Човешкият организъм боледува, когато е лишен от вътрешна светлина, топлина и сила. Всички удове трябва да се импулсират от любовта. Клетките на тялото се размножават по законите на любовта, истината и свободата. По този начин те минават от едни удове в други — след години клетките на краката се качват в мозъка, а мозъчните клетки слизат в краката. Така се сменят ролите. Това може да стане след хиляди години. Обмяната на веществата и смяната на службите в организма е неизменен природен закон." [156]

На базата на свободата и усъвършенстването, не може една органична форма завинаги да остане на едно и също ни-

во на развитие. Паралелно с нашето прераждане, с усъвършенстването на тялото ни, трябва да се усъвършенстват и отделните органи и клетки. „Аз мога да определя характера на човека от големината на неговото око, на неговия нос, от дебелината, големината и дължината на неговата уста, от дължината на неговите уши, от широчината и височината на неговото чело, от големината и формата на неговата брада и т.н. [11] „Във всеки организъм съществува една централна клетка — монада, около която всички останали се групират и образуват даден организъм. Докато организмът е жив, между централната клетка и всички останали съществува известна връзка.“ [20] Идеята за монада, централната идея, е изградена от немския натур-философ Лайбниц. Монадата изразява идеята, душата или основния градивен план на организма. Същевременно тя може да бъде сравнена с първичната зародишна клетка, от която се развива всяка жива органична форма. В тази първична майчина клетка са заложени, кодирани генно, всички качества на бъдещия организъм: ръст, вид, основни белези и др.

„Болестите, от които съвременните хора страдат, не се явяват веднага. Те крият своите зародиши в човека и чакат само най-малкия повод, за да се проявят.“ [20]

Днес знаем, че най-честият причинител на баналните заболявания е вирусът. Този жив белтък, както се спомена вече, се намира във всеки организъм, но не може да се изяви, докато защитните му сили са на ниво. При най-малките благоприятни условия вирусът започва да се размножава. „Болестите биват физически, сърдечни, без да имат органичен произход. Те са на нервна почва. Обаче има и органични болести, които крият своя произход някъде далеч в миналото на човека. Много болести на физическото тяло се явяват като последица на някакви заболявания в астралния и в умствения свят на човека.“ [21] Заболяванията в астралния и умствения свят са всъщност наши пропуски, грешки и нарушения в света на чувствата и разума ни. Нима тютюнопушенето, алкохолизмът, развратът не са заболявания на астралния и умствения ни свят? Допускайки такива нарушения в равновесието на астралния си свят, ние довеждаме физическото си тяло до болестно състояние.

„Започнете първо да работите върху физическото подобряване на тялото си и постепенно минавайте към умственото.“ [20] „Докато дойде до въздържанието, до владеенето на органите и удовете на своето тяло, човек трябва да изучава себе си и другите хора. Той трябва да стигне до положение на пълно владеене на своите удове, те сами да разберат, че имат разумен господар.“ [20]

„Като изучава себе си, добре е човек да изучава и теорията за наследствеността. Изучавайки тази теория, той ще дойде до изучаване на клетките и ще види, че има клетки, които са се отклонили от първичния живот, и такива, които още не са се отклонили. Те могат да възстановяват първичното състояние на всеки орган в човешкото тяло.“ [21]

Възстановяването, регенерацията в организма, органите и системите се извършва от най-запазените и здрави клетки. Ако бихме могли волево и с мисълта си да подсилим възстановителните процеси, то оздравяването ни ще става бързо и спонтанно.

„Ученикът трябва да работи върху мускулите на лицето, на носа, на брадата си. Брадата на човека символизира неговата воля. Той трябва да координира силите на волята си. Не ги ли обработва, той нищо не може да постигне. Чрез волята си човек може да преодолява всички вътрешни и външни мъчнотии и препятствия в живота.“ [22]

„Много работа се изисква, докато се постигне съвършенство. Ако изучавате клетките на човешкия организъм, на човешкия мозък, ще видите, че клетките на мозъка при моралния човек се различават коренно от тия на обикновения, а още повече от тия на престъпника.“ [22] „Като наблюдавам хората, виждам, че едни от тях живеят повече в стомашната система, в гъстата материя на живота, поради което са изложени на големи страдания. Други живеят повече в дробовете си, а трети — в главата. Дето и да живеят, всички страдат.“ [22]

Тази мисъл трябва алегорично да се разглежда, тъй като стомашната система е символ на низшите желания, на чревоугодничеството. А дробовете са зоната на силните чувства, които довеждат хората до конфликти. Главата пък е зоната на интелекта, ума и разсъдъка.

„Който е тренирал тялото си, той може чрез него да поз-

нае ще срещне ли някакво препятствие на пътя си, или не. Тренираното тяло е чувствително към външни влияния. То е израз на интелигентност. Ние казваме, че човек е здрав, когато тялото му се подчинява на неговата разумна воля. Тялото трябва да бъде орган на ума, на сърцето и на волята на човека." [22] „Всички велики хора са работили и физически за трениране на тялото си. Например Гладстон е рязал дърва в дома си по един-два часа на ден. Затова е имал добър сън." [22]

„Къде се проявява най-голямата дейност на човека? В устата и носа. Устата е свързана със стомаха и дробовете. Значи най-голяма дейност проявяват стомахът и дробовете. Устата е врата, връзка между природата и човека. Стомахът, нуждата от храна е направила човека изобретателен. Всеки орган, всяко сетиво спомага за развиване на известна способност в човека. Например дробовете помагат за развиване на обективния, т.е. наблюдателния ум на човека. Понеже носът има отношение към дробовете, той помага за развиване на обективния ум; очите и ушите участват при развиване на висшите способности. Като изучавате анатомията и физиологията, вие се свързвате с физическата и психическата служба на органите. Всеки един от тях има двойна служба: външна и вътрешна, т.е. материална и духовна." [23]

Да обърнем внимание, че проблемите на тялото и неговата двойствена служба са разглеждани от Дънов в ранните години на неговата духовна дейност. Той е искал навярно отрано да приучи учениците си към себепознаване и овладяване на физическата същност. В последните години Учителя е наблягал изключително на морално-етичните отношения между хората. „Какво е нужно на човека при сегашните условия? Здраво тяло, добро сърце и светъл ум, който слугува на сърцето. Умът подтиква и забавлява сърцето." [24] „Не е достатъчно само да се роди човек. Неговата форма трябва да отговаря на хигиеничните условия на живот. Това значи да бъде здрав човек. Ако той постоянно боледува, жилището му, т.е. тялото му, не е съградено по правилата на хигиената." [24] „Сега на всички е необходимо физическо развитие. Душата не може да се прояви в едно хилаво тяло." [35] За да подобри физическото състояние на учениците си, Дънов още от ранни години е препоръчвал физическия труд и физическите

упражнения като средство за укрепване на здравето. За целта е предлагал да се изградят комунални общества (комуни), в които при равен труд да се реализират еднакви блага. „Найпосле да се опитаме да направим една идеална комуна. Цялото братство ще вземем някои общи места и в течение на една година братя и сестри от всички градове ще отиваме там да работим." [35] Такива комуни се изграждат в редица градове в страната, но за съжаление просъществуват кратко време. Само в гр. Айтос и в гр. Варна и до днес съществува братска градина.

„Хора, които са много сухи, нямат онова възвишено духовно развитие и разбиране, не са от божествения свят по простата причина, че съдържат много киселини, от които се проявява чрезмерна активност. А пълните съдържат основи. Сухите са активни, а пълните — пасивни." [37]

„Човек трябва да има ясна представа за процесите, които стават вън и вътре в него." [48]

„И тъй, започнете от физическите неща, които са най-близо до вас, и постепенно отивайте към духовните. Като изучава себе си, човек почва да различава три вида процеси в своя организъм: механически, органически и психически." [41]

Защо са тези неимоверни усилия за грижи по тялото? Не се ли стига до физически култ? Както казахме вече, тялото ни е нашият представител на физическия свят; познавайки, проучвайки тялото си, ние опознаваме нашата духовна същност. Не може да се върви към съвършенство, ако не се следва посоката: здраво тяло, познание за себе си, изправяне на допускани слабости и грешки, изграждане на добродетели, набиране на знание и мъдрост, опознаване на истината и осъществяване на любовта. „За да разбере душата си, човек трябва да пази тялото си добре. Душата се проявява чрез тялото." [42] „Тялото е резултат на човешката воля. Волята е сила, енергия, която извършва всичко. Тя е резултат от дейността на мисълта и желанието." [48] „Човек има два полюса: единият полюс е главата, другият — стомахът. Човешкото сърце пък представлява екватора, затова се казва, че животът е в сърцето." [63]

„Който иска да бъде ученик, той трябва да бъде пълен господар на своето тяло." [75] „Главата на човек е плод на не-

говата дейност, плод на културите, през които са минали хората. Тялото е плод на животинската култура. Значи човешкото тяло е резултат на деятелността на животните. Материята на тялото пък е резултат на деятелността на растенията.“ [82] Растенията чрез фотосинтезата в биосферата на земята изграждат органични вещества, от които са изградени телата на животните и хората: въглехидрати, мазнини и белтъчини. Тялото като форма и конструкция у човека е изградено и по пътя на еволюцията на земята. А главата вече е характерна само за хората, тъй като тя се е създала по пътя на развитие на мозъка — интелектуално и умствено.

„Да търсим само отрицателните черти в човека, това не е наука. Преди всичко, трябва да знаем, кои са характерните черти на здравия човек, на положителния характер. Ние трябва да познаваме отличителните черти на едно хармонично лице. Тези хора трябва да изучаваме ние.“ [85] „Личността е създала стомаха; индивидът е създал дробовете, а душата е създала мозъка. Значи дробовете са съединителната връзка между стомаха и главата. Те са два противоположни полюса в организма на човека. Когато говоря за стомаха, аз подразбирам една сложна система в живота на човека.“ [87]

Вече споменахме, че стомахът е връзката на тялото с физическата среда на живота. Чрез него се набавя градивната материя за тялото. Така се е оформила личността. Дробовете са представители на астралния свят — на индивидуалността (чувствата), докато главата и мозъкът са всъщност човекът, душата му. Така връзката между физическия и духовния човек е индивидуалният човек, неговите чувства. Те трябва да са хармонизирани, регулирани, за да има хармония между физическия и духовния човек. Затова Дънов много държи на правилното дишане и на добре развитите дробове.

„Дробовете на хората са създадени от ангелите. Ангелският свят е взел участие при създаването на човешките гърди. Затова именно интелигентността на човека е вложена в неговото сърце. Под лъжичката, в симпатичната нервна система, се крие знанието на сърцето. Каквото разположение чувства човек под лъжичката си, то е вярно.“ [90] Предчувствието „под лъжичката“ всъщност е предчувствие на интуицията. То може да се долови, когато сме без предубеждение,

далеч от чуждо влияние, изолирани мисловно от околната среда и безразлични към очакването. При такова изчистване на чувствата интуицията е най-добрият напътственик в живота.

„Има една философия за човешкия организъм, която трябва да се проучи. Например трябва да се изучи устройството на главата, защото тя е условието за проявленията на Божествения свят, тя е причина за живота на човека. Каквато е главата, такъв е и неговият основен капитал. Лицето на човека представлява капитала, пуснат в обращение. Ръцете пък показват не само какви са паричните операции, но и печалбите и загубите, които те носят. Тялото представя изработеното и придобитото през хилядите и милиардите години. То говори не само за видимите, но и за невидимите придобивки и загуби, вследствие на това и след заминаването си от този свят, пак ще бъдем свързани с хората.“ [87] Божественият капитал всъщност е духът и душата на човека, а капиталът в обращение — лицето, в чиито части (челото, носа, устата и брадата) са отразени мисълта, умът, волята и сърцето. Изработеният и придобит капитал — ръцете, са израз на добродетелите: работоспособност, честност, искреност, милосърдие и т.н. Това може да се види по формата на ръката, на пръстите и ноктите и т.н.

„Широкият нос показва голяма издръжливост.Дължината на носа определя човешката мисъл, а широчината — чувствата. Същият закон важи и за лицето на човека. Удължаването му зависи от мисълта, а разширяването — от чувствата. Широчината и височината на челото зависят от чувствата и мисълта.“ [94] Даже отделните части на тялото могат да отразят състоянието на целия организъм. Известна е ирисовата диагностика. Сега се установява, че и ушната мида носи белезите на всички органи на тялото.

„В ушната мида е проектиран човешкият ембрион. Чрез топографски карти на ушната мида се определят редица рефлекторни зони. Те са свързани с болния орган и при светлинно въздействие отговарят със силна реакция на пулса, съобщава за заболяване. Като се използва променлив ток, се конструира уред, който чрез четири сектора отразява състоянието на съответния орган, когато се въздейства върху неговата

точка на ушната мида. Установени са 32 точки, които реагират и регистрират състоянието на стомаха, бъбреците, черния дроб, жлъчката, сърдечно-съдовата система, белия дроб и т.н. Уредът сигнализира нормално или болезнено е състоянието на съответния орган.“ (А.Богораз, И.Голдин [216]) Такива рефлекторни зони за отделните органи има по цялото тяло. На тази основа се дължи и иглотерапията (акупунктурата), както и пресопунктурата. Всъщност всички физиотерапевтични процедури, които са дразнители на кожата, се основават на тези рефлекторни зони. Това са топлинните въздействия, масажите, електротерапията, късовълновите въздействия, вендузите, светлиннотерапията (ултравиолет) и др.

„Преди година, като правех своите научни изследвания, отидох в един манастир. Там ме заведоха в една стая, дето имаше черепи на калугери, заминали на онзи свят. Някои от тях са били добри,отлични хора и като калугери са били на мястото си.Като правех изследванията си, аз носех свещица, която запалвах и турях в черепа. Питаха ме защо правя така. Като турям свещта вътре, познавам на кои места черепът е по-тънък. Тънките места на черепа показват, че с тия области е работил повече, отколкото с другите.“ [102] Всъщност формата и големината на черепната кутия се диктуват от дейността на мозъчната тъкан. Онези области, които най-силно са ангажирани с мозъчна дейност, са най-пълно кръвоснабдени и следствие на това най-добре развити и набъбнали. Те упражняват по този начин постоянен натиск върху черепната кутия и тя изтънява в тази област. На този принцип расте и черепът на децата. Затова по формата и по дебелината на черепната кутия се познава кои центрове са най-активни в мозъчната дейност, а от това и в каква насока се изявява интелектът на човек.

„Като изучавам съвременните хора, виждам, че на всеки му липсва нещо. Ако челото е красиво, с добре развити центрове, носът не е красив и правилен; ако челото и носът са добре развити, брадата не е, липсва ѝ нещо. Ако челото, носът и брадата са правилни, ушите не са красиви. Няма човек в света, у когото всички черти на лицето, всички удове да са добре развити. Това показва, че всеки трябва да работи върху себе си, да се усъвършенства.“ [104] Следователно, като

знаем смисъла на формите на нашето тяло, можем да анализираме духовното си развитие и да открием слабите си места. Тялото е огледален образ на нашето духовно състояние и ние трябва да го познаваме най-подробно.

„В човека-жена лицето е по-открито, по-малко обрасло с косми, което показва по-голяма интелигентност. Лицето на жената показва, че тя е обработила по-голямо поле. Лицето на човека-мъж, което е повече обрасло с косми, показва по-слаба интелигентност, по-малко обработена площ.“ [104] Жената притежава прикрита вътрешна интелигентност, която ѝ позволява по-лесно да се ориентира и пригажда към обстановката в живота. Тя работи също така интуитивно по-добре от мъжа. Мъжът, макар и с по-добре развита воля и мисъл, с по-прозорлив ум, страда от липса на обща интелигентност и интуиция, вследствие на което по-често се обърква в житейската обстановка и влиза в конфликт със събитията.

„Изучавайте лицето си, както и черепа, ръцете, да дойдете до истинско знание. Оглеждайте се в огледалото най-малко три пъти на ден, да виждате най-малките промени, които стават у вас.“ [177]

„Красотата на човека се определя от неговата глава, от неговия бял дроб и стомах. Мястото на ума е стомахът, на душата — белият дроб, а на духа — главата.“ [126]

В следващите глави на книгата ще разгледаме детайлно отделните части на главата, тялото и лицето. Ще изтълкуваме значението им от духовна гледна точка, за да дадем характеристика на духовната същност на човека.

„Човек трябва да изучава неизчерпаемото богатство в себе си, за което сам няма ясна представа. Понякога той поглежда тялото си и мисли за него, без да подозира какво е вложено в него, не знае как е устроен неговият организъм. По три пъти на ден туря храна в стомаха си, без да знае какво нещо е стомахът.“ [126] „Като ученици изучавайте линиите на лицето си, на челото, на носа, на брадата, за да се опознаете. Ако линиите на челото, на носа и на брадата са повече отвесни, отколкото легнали, това е човек с умствен характер. Колкото по-дълга е линията на брадата, толкова по-силна е волята. От значение за силата на волята са и челюстите. Ако

двете челюсти в човека са издадени навън, както при животните, чувствата в него имат надмощие над мислите." [127]

„Без шестото сетиво не можете да разберете духовния свят. Учените наричат това сетиво „интуиция". Всъщност интуицията само отчасти наподобява това сетиво. То не е интуиция." [131]

„Физическото зрение и слух не могат да заместят духовното зрение и духовния слух. При това едно сетиво или едно чувство отваря вратата на един ограничен свят. Следователно, колкото повече сетива и чувства е развил човек, толкова повече врати се отварят пред него." [131]

„Зад очите е истината, зад ушите е мъдростта, зад устата е любовта. Зад носа е човешкият ум, зад устните е човешкото сърце, зад ръцете е правдата, а зад краката — добродетелите." [144]

Може ли човек да има по-голям капитал и капиталовложения от тези, които човешкото тяло му осигурява? Ние нехаем към това голямо духовно богатство и се учудваме откъде идва нашата бедност и нищета и откъде — несгодите и страданията в живота.

„В музикално отношение тялото, сърцето и умът имат свои основни тонове. Основният тон на тялото е „ДО", на сърцето — „МИ", на ума — „СОЛ". [152] Дънов смята, че както в света на багрите основните цветове са червеният, жълтият и синият и от тях можем да създадем чрез смесване останалите цветове на дъгата, така и с основните тонове на музикалната гама — „до", „ми", „сол" — можем да изградим цялата гама. От това следва, че сърцето, тялото и умът като основни сигнали в капитала ни са най-важните и тях най-добре трябва да познаваме и владеем.

„Старите окултисти алхимици са определяли четири основни състояния на материята: твърдо, водно, въздухообразно и огнено. Днес като основни елементи за живота на органичния свят се определят: въглерод, водород, азот и кислород. Тези четири елемента донякъде съответстват на четирите състояния на материята, които старите алхимици определят, както и на четирите темперамента в човека. Те са казали, че в човешката наука се срещат следните четири темперамента: сангвиничен, холеричен, флегматичен — някои го на-

ричат меланхоличен и нервен, или чувствен темперамент. В по-ново време на Запад смятат, че има само три темперамента, които почиват на три основни системи, съществуващи в човешкия организъм: първата система е тъй наречената жизнена система, в която влизат кръвоносните съдове, дробовете, стомахът и жлезите. От тази жизнена система се създавал жизненият темперамент. След това идва костната система с мускулите и сухожилията, тя е динамична система. От тази система се образувал двигателният темперамент, или мотивният темперамент. И третият темперамент, наречен умствен или нервен, с преобладаващо влияние на мозъка и нервната система. В най-ново време обаче науката приема седем темперамента в човека, които отговарят на седем степени в него: мозъчна, мускулна, дихателна, кръвоносна, хранителна, очистителна и чувствителна.

1) Сангвиничният темперамент е наречен още въздухообразен. Хората от този вид са експанзивни, всякога преувеличават нещата, и най-малката радост изживяват силно.

2) Вторият темперамент е флегматичният. Преобладаващо влияние в него има водата. Този тип хора се отличава със студенина и мудност. Самообладанието им е силно развито. Някои са мързеливи.

3) При холеричния темперамент преобладава влиянието на жлъчката, черния дроб, нервната система и костите. Такъв вид хора са високи, с черни коси, енергични и изобщо динамични.

4) Меланхоличният темперамент е под влияние на нервната система. Хората, които го притежават, имат огън. Те са в постоянно вътрешно безпокойство. Меланхолията се явява у някои, които имат безмерни желания. Крайно меланхоличните хора са много амбициозни.“ [63]

Твърде сложна е науката за човека и неговата физическа същност. Тази наука може да се овладее лесно, но трябват повече познания за самите нас. За разлика от астрологията, която борави с влиянието на планетите (а те са били в началото само 7, докато Дънов твърди, че са 12, а до днес са открити 10), френологията, хиромантията и физиогномията са много по-положителни, тъй като работят с капитала, който човек притежава. Както Учителя казва, това е нашият капи-

тал в живота, даден ни на разположение, и няма защо да търсим неговото тълкуване по звездите. Още повече, че влиянието на космоса върху човека не може да се тълкува само по планетите на Слънчевата система. Има много по-мощни източници на енергии и сили във вселената. Това са галактиките, квазарите, „черните дупки“ и „белите джуджета“.

„Според мене животът се състои от три части: драма — в началото, трагедия — в средата, и симфония — в края.“ [4] Драматично е явяването на човека в сферата на физическия свят. Бог изгонва човека от рая заради непослушание. Затова и детето се ражда с плач. От този момент започва неговата земна трагедия — сам да се справя с несгодите, изненадите, трудностите и неизвестното. Но в края на краищата, като набере опит, знание и добродетели, човек постига съвършенството, т.е. житейската симфония.

2.4. Функциите на тялото и душевното състояние

„Като ученици вие трябва да започнете с изучаване функциите на вашите органи и системи. Не ги ли познавате, вие не познавате себе си. Като знае устройството на своите системи и техните функции, човек познава и проявите на природата.“ [42]

Тялото като идея на човешкия дух, като творба на душата, като отражение на макрокосмоса, като инструмент, с който умът, сърцето и волята боравят в живота, е и барометър, който показва душевното състояние. Функциите на органите и на целия организъм, тяхната ефективност и хармонична дейност отразяват душевния мир на човека. Той зависи от характера на хората, от техните наклонности и проявите им на живот, от чувствата и разума, от човешките добродетели. Ако познаваме себе си, ако съзнаваме слабостите си, ако долавяме чувствените си увлечения, можем съзнателно и волево да опазим здравето на тялото си. Душевното състояние най-лесно може да се долови по външния израз на лицето, походката, говора, жестовете и намеренията към близките. Например римският философ Сенека казва: „И за да се уве-

риш, че всеки разгневен човек е ненормален, вгледай се във външния му вид. Сигурни признаци за лудост са дръзкото заплашително изражение, свъсеното чело, свирепото лице, забързаната походка, неспокойните ръце, измененият цвят, учестеното енергично дишане; такива са признаците на гнева.“ [270] А Дънов допълва: „Следователно човешкото лице е площ, върху която се отпечатват силите, които работят в човека.“ [42] „Противоречие съществува не само между различни хора, но даже и в един и същ човек. Например между лицето и задната част на човешката глава се явяват противоречия; между горната част на човешкото тяло до пъпа и долната част — от пъпа надолу, също има противоречия. Горната част на тялото наричаме „област на мисълта“, а долната — „област на желанията“. „В областта на мисълта живее истинският човек, а в областта на желанията — низшият човек, наречен „човек-животно“. [42] Споменатите две области — „областта на мисълта“ и „областта на желанията“, са всъщност противоположни полюси у човека. Докато областта на мисълта е тази, която подтиква човека към добродетелни действия, областта на желанията го води към низши и в повечето случаи животински влечения: чревоугодничество, полов разврат, низши развлечения, тютюнопушене, алкохолизъм, месна храна и др. Разбира се, прекалено силно подчертана област на мисълта може също да доведе до извращения проявите на човека: индивидуализъм, едностранчив и криворазбран режим на живот и хранене, създаване на собствен нехигиеничен микроклимат на живот и т.н. И в единия, и в другия случай организмът е поставен на изпитание. Той изчерпва защитните си сили и се поддава на сериозни заболявания.“

„Всеки орган, всяка система в човека има отношение към неговия живот. Силен човек е онзи, който диша правилно. Ако не диша правилно, човек не може да бъде силен. Стомахът пък доставя необходимите материали за съграждане на човешкото тяло, т.е. на физическия човек.“ [42] „Ако разглеждате внимателно човека, ще видите, че във физическо отношение той има много дефекти, които отговарят на някаква вътрешна неправилност в него. И в най-красивия мъж, и в най-красивата жена ще забележите някаква асиметрия. Хо-

рата не са тъй красиви, както изглеждат на пръв поглед. Ако линиите на едната страна на лицето им са правилни, симетрични, линиите на другата страна не са симетрични.“ [73]

„Хора, които по темперамент са флегматици или жизнени, имат повече вода в организма си. В тях преобладава водният елемент. Те обичат повече яденето и пиенето. Други хора имат повече въздух; те са сухи и енергични, работят много, в тях има повече топлина. Съществува още и умственонервният темперамент, който представлява инсталация на умствения орган. Тази инсталация свързва човешкия мозък с умствения свят.“ [88]

Самонаблюдавайки се, човек може по външното си състояние и прояви да разкрие своята вътрешнодушевна страна. Да узнаем по друг път своето вътрешно състояние е трудно. Затова трябва да търсим косвени пътища за неговото проучване. Дънов казва: „Обаче понякога външната нечистота съответства на вътрешната и вътрешната нечистота съответства на външната. Външният живот трябва да бъде израз на вътрешния и обратно: вътрешният живот да бъде израз на външния.“ [88] „Често, като се говори за хората, се засягат личните им чувства. Щом се засягат те, цялото развитие на човека спира. Много ангели, много велики духове са падали поради своите лични чувства, поради гордостта си.“ [92] „Когато човек говори, очите, ръцете, лицето му трябва да бъдат израз на думите, които излизат от неговата уста. В движенията, в хода на човека трябва да има пластичност, хармоничност, той трябва да се радва, че живее.“ [92]

Рядко ще срещнете хора с израз на лицето, изразяващ доволство от живота. Най-често виждаме загриженост, болка, недоволство, тъга, скованост, страх, омраза, гняв и т.н. Това явно показва безпътие в живота, липса на морална опора, на здрав житейски мироглед и философия, неосъществени мечти и блянове. Понякога към това се прибавят физически недъзи, болести и подпушване. Тази неопределеност в живота води до психическа разруха, а оттук и до физически болести.

„Ако ти направиш една малка погрешка в естествения ум, природата ще ти напомни само, меко ще те накаже, като ти изпрати слаба хрема. Ако грешката ти е в природния ум, тя

ще ти изпрати болест като коремен тиф или петнист тиф. Ако грешиш при моралните чувства, ще страдаш от такава ужасна неврастения, каквато медицината не познава.“ [97]

Заболяванията, споменати от Дънов, са степенувани съобразно степента на грешките. При естествения ум имаме пропуски относно физическия си живот, докато при природния имаме пропуски в областта на астралния свят — чувствата. Но тези болести днес не са проблем за човечеството поради успешното им лекуване или имунизацията, която се извършва масово. Затова пък вирусите и тяхната възможност за приспособяване създават нови заболявания като болестта СПИН.

„Причините на болестите у хората се дължат на подпушване на чувствата, на въздържане в проявлението на Любовта. Всички болести в света, като ревматизъм, ишиас, главоболие и ред други, са резултат на подпушване на чувствата.“ [99]

„Подпушване на чувствата“ трябва да разглеждаме в широк смисъл и даже алегорично, за да намерим връзката с отделните заболявания. Чувствата са средата на желанията, влеченията, страстите, пристрастяването, низши полови прояви, чревоугодничество, месоядство, алкохолизма, тютюнопушенето и т.н. Правейки пропуски в тази среда, ние нарушаваме здравословния режим на организма, следствие на което го излагаме на риск и заболявания в тези органи, при които имаме най-много нарушения.

„Човек черпи жизнени сили от няколко източника: от храната, въздуха, водата и светлината. Той черпи енергия още от мисълта, чувствата и постъпките си. Всеки употребява такава храна, която отговаря на развитието му.“ [112]

„Съвременните лекари измерват само топлината на болните. Например, забелязано е, че температурата на болния се повишава от 36 на 41 градуса, но това не е естествената температура. С обикновен термометър се измерва топлината на човешкото тяло. Но има и психически термометър, с който се измерва дали даден човек е добър, или лош.“ [112]

„Всеки, който иска да бъде здрав, да има здрава и добре регулирана стомашна система, трябва да е разумен, да създава правилни отношения с животните. Белият дроб е свързан с човешкото царство. Белите дробове поддържат порядъка в човешкия свят. Мозъкът е свързан с ангелския свят, де-

то правото е на всички. Що се отнася до тънките и дебелите черва, ние нищо не говорим. Те представляват по-низък свят дори от този на стомаха. Те са адът, чистилището." [115]

Значи, за да е регулирано храносмилането ни, трябва да имаме правилно хранене, сън, движение и всичко, което ни е осигурила природата за поддържане на физиката. Това всъщност правят животните, подчинени на биологичните ритми на природата. А белите дробове, свързани с човешкия свят, са сферата на психическия живот, характерен за човешкия свят. Трябва да имаме хубави отношения с близките си, с хората и обществото, да не се подпушваме психически. А мозъкът, свързан с ангелския свят, е средата на мисълта и моралните прояви и добродетели на човека. Когато липсват едните или другите, хората изпадат в нервно-психическа дисхармония.

„Преди всичко на човека е дадено тялото, което той трябва да изучава. Ако имате някакъв физически дефект, болят ви например главата, гърдите, стомахът, кракът, вие трябва да изучавате причините за своя дефект, за болката, която изпитвате. Ако стомахът или коремът ви боли, това показва, че във вашия физически живот има дисхармония. Ако главата ви боли, в умствения свят е настъпило разбъркване, следствие на което не можете правилно да мислите. Какво трябва да направите? Вие трябва да възстановите отношенията между физическия и умствения живот." [120] „Човек е здрав, докато клетките на тялото му имат доверие в него. Всички сили в неговия организъм са му подчинени. Както той мисли, така и те мислят. Той не се налага и те го уважават и обичат като добър и умен стопанин." [236]

За да добием „доверието на клетките", на организма си, трябва да не използваме органите и системите от органи в тялото си за лични наслади и удоволствия. Всяка клетка и орган трябва да се поставя в най-естествени и природосъобразни условия на живот. Също така трябва да успеем чрез мисълта и волята си да влезем в контакт с физиологията на отделните органи. Да можем да им влияем в положителна насока, както и да регулираме дейността им.

„Като разглеждам човека биологически, виждам, че той едновременно е и мъж, и жена. Дясната половина на човека

е мъжка, а лявата — женска. Дясната му страна има повече прави линии, а лявата — повече криви.“ [152] За да се уверим в правотата на тази констатация, нека се огледаме в огледало, като закриваме ту едната половина на лицето си, ту другата. Ще видим колко различна физиономия се получава, ако си представим лицето си, съставено от едната или другата половина. „Брадата у човека не трябва да бъде като кочан, а да има малка вдлъбнатина. Очите и устата винаги се нагласяват според мислите. Забелязано е, че в твърдия човек устата придобива права линия. Когато линията на устата увисне надолу, това е признак на песимистично настроение.“ [146]

„Преди години гледах картина на един художник, която представляваше образа на Христа. Този художник нямаше понятие за формите на пропорциите. Ако тази картина беше жив човек, той щеше да бъде осъден на 10-15 години затвор като престъпник. Лицето на този образ беше широко, челото ниско, едва три-четири сантиметра, брадата — широка, обаче много голяма.“ [120]

„Човек трябва да държи устните си свободно, едва да се докосват, без никакво усилие. Те трябва да представляват цвят, готов да цъфне. Някои съзнателно свиват устните си, за да се сметне, че са сериозни. Друг пък постоянно се усмихва, да покаже, че е жизнерадостен и любвеобилен. Човек трябва да държи устните си в това положение, което отговаря на неговото вътрешно състояние.“ [116]

„Лицето на онзи, който лъже, има особен строеж, особен израз. Погледът му е насочен надолу, към земята. Който говори истината, гледа нагоре. Погледът му е чист, ясен.“ [112]

„Като се е освободила от космите си, жената е развила в себе си голяма чувствителност, следствие на което интуицията ѝ е силна. Чувствата у жената са по-добре развити, отколкото у мъжа. Откритото лице на жената показва, че е обработила по-голямо поле.“ [105]

„Ако личният живот на човека е силно развит, главата му отзад на темето е висока. Ако моралният живот на човека е силно развит, темето на главата отгоре е високо издигнато. При личния живот семейните чувства са слабо развити.“ [97]

„Всяка клетка в човека е негов добър другар. Клетките са микроскопични, но разумни същества. Човек може да разговаря с тях, като с разумни хора. Не постъпва ли с тях както трябва, той ги излага на големи опасности. За да не пострадат, те се обявяват против него, докато един ден го напускат." [105]

„Съвременният престъпник е деформиран анатомически и физиологически: пръстите на ръцете му са скъсени, главата му отзад е сплесната, а при ушите по-широка, челюстите му са издадени напред, ушите му са деформирани — с една дума, такъв човек прилича на звяр." [84]

„Казвам: знание трябва на света. Най-първо човек трябва да изучава своята глава и своя мозък. У някои хора например очите са вдлъбнати, у други — изпъкнали; у някои хора ушите са дълги, големи, у други — къси, малки. Защо съществува такава разлика? У някои лицата са пълни, у други — слаби. Физиолозите казват, че между пълните лица и стомаха има известно съотношение: колкото лицето на даден човек е по-пълно, толкова стомахът му е по-здрав; и обратно — колкото лицето на човека е по-слабо, толкова стомахът му е по-слаб. Други физиолози казват, че когато носът на човека е широк, гърдите му са широки; когато носът е сплеснат и гърдите му са сплеснати." [84]

„Някой заболява от ревматизъм и започва да търси лекари да го лекуват. И това е добре, но преди да се обърне към лекарите, нека се върне към миналото на своя живот и да проследи причините на заболяването си." [79] „Онези, които дълго време са изучавали човешката конструкция, казват, че външните черти на човека се дължат на вътрешното естество, т.е. какъвто е човек отвътре, такъв е и отвън. Затова две мнения няма. Те казват, че ходилата на краката у правилно развитите мъж или жена трябва да съставят една шеста (1/6) част от неговия ръст; гърдите — една четвърт (1/4); дължината на ръката от китката — една десета (1/10); мярката два пъти около китката на ръката трябва да бъде мярка на врата." [30]

„Когато детето се зачене в утробата на майка си, най-напред се оформят крайниците на тялото му, а после другите органи. От всички органи най-последен се образува белият дроб. Щом се изгради дихателната система, детето трябва да

се роди. Ръцете са продукт на човешката воля; носът, устата, дробовете, стомахът — това са човешките желания. Чрез тези удове опитваме вкуса на нещата. Мозъкът на човека е продукт, орган на човешката мисъл. Колкото по-големи набраздявания има сивото вещество, толкова по-силна е мисълта. Някои казват, че мозъкът сам по себе си произвежда мисълта. Това не е вярно. Човешкият мозък е подобен на земята, която сама по себе си не ражда. Творческата сила на земята иде от пространството, от Слънцето, което действа на повърхността ѝ. Човешкият дух е човешкото слънце, което, като грее върху мозъка, поражда мисълта." [30] „Ако майката се гневи по няколко пъти на ден, след известно време тя ще отрови детето си със своето мляко." [30]

Дънов набляга на обстоятелството, че зародишът и новороденото дете са изцяло свързани със състоянието на майката. Психиката на майката, нейният душевен свят се отразяват върху ембриото и неговото развитие, предават се и чрез млякото на новороденото кърмаче.

„Външният образ на фарисея наглед е приличен. Той е човек благороден, снажен, строен, висок — 175-180 см. Ръце и пръсти въздълги, палец — дълъг, симетричен — признак на изработени възгледи, присъствие на воля и интелигентност; показалец, равен на безименния, показва, че щом се зароди в него някоя идея, той я прокарва докрай. Храносмилателната му система е в изправност, в ядене и пиене не прекалява, няма слабостите на чревоугодника и винопиеца, вкусът му е изтънчен. Кръст — възтънък. Рамене — възкръгли, лице — малко продълговато и крушовидно, развита нервна система. Долната челюст е правилно оформена с брада, продълговата и заострена — признак на човек с подвижен и пъхватен ум; уста — средни, бърни — нито дебели, нито много тънки; ъглите на устните стоят малко издигнати, с една усмивка на презрение: „Хората това е тълпа"; но външно никога не изказва своето презрение. Очи — сивопепеляви; вежди — дъгообразни, малко наведени като клони на старо дърво — човек, който живее дълго време и който има опитност в живота. Чело — хубаво, високо, в основата си над носа издадено — признак за човек със силна индивидуалност, с наблюдателен и практичен ум. Слепоочните области — средно развити;

уши — правилни и близо прилепени към главата — белег на материален порядък. Влакната на брадата — малко възредки и възчервени — признак на импулс и упорство. Глава — валчеста, общ размер околовръст над ушите 56-60 см, със силно развита и издигната теменна област — белег на човек с голямо самообладание, гордост, взискателност и тщеславие. Лице — възбледо, бяло, с нос гръко-римски тип.“ [29]

Дънов ни дава пример как трябва да изучаваме себе си и ближните си. Как да анализираме формите на лицето и главата, от които данни бихме се докоснали до същината на вътрешното „АЗ“.

„Митарът има лице валчесто, вежди дебели, брадата му отдолу е широка — каквото предприеме, с успех го завършва. Брадата е с черни рошави влакна, мустаци също — белег на голяма горещина. Нос — развит, възкъс, дебел, широк в краищата си — признак на добра дихателна система; човек на чувствата, импулсивен като дете. Слепоочните области са силно развити; уши — възголеми, като у човек, който краде, взема, но и дава. Очи — кафяви или винени, белег на естествена мекота, добродушие. Глава — правилно развита.“ [29]

Описаните два библейски типа могат да ни послужат за пример и сравнение при изграждането ни на усет към формите на тялото. „Човек възприема черти, качества, движения от другите хора, което показва, че те си влияят и във физическо, и в духовно, и в умствено отношение.“ [24] „Няма орган в човешкото тяло, който да не се управлява от известен род мисли и чувства.“ [24]

„Мисълта има отношение към белите дробове, а чувствата — към черния дроб. Правилното действие на белия дроб определя мисълта на човека.“ [24] Нека отбележим, че Дънов в началните години на своята духовна дейност в България изключително често се е занимавал с френология и физиогномия. Той се е стараел да запознае учениците си с този лесен и практичен метод на самоопознаване. Че това е ставало в ранните години на дейността на Дънов, се вижда по годините на беседите, които е чел.

„Понякога човек влиза в спор и със себе си. До вчера се е мислил за гениален, а днес си намира кусури. Като събере тези противоположни възгледи, човек започва да чувства несъг-

ласие със себе си. Полудяването не е нищо друго освен прекъсване достъпа на жизнените течения в организма му. Това прекъсване на тока на жизнените сили в човека се дължи на излизане на неговия двойник.“ [21]

Разбира се, себеизучавайки се, човек не трябва да изпада в униние и неразбирателство със себе си, ако констатира някои отрицателни свои качества. Това повече трябва да му служи за импулс да поправи тези слабости, и то след като е узнал в коя област на духовния свят са те.

„Има органически болести в живота, но много от болестите на хората са дошли по пътя на внушението.“ [19]

„За да дойде до единство със своите клетки, човек трябва да изучава самообладанието.“ [20]

„Неврастенията се дължи на пропукване на нервната система, отдето нервната енергия изтича навън. Понякога човек става неврастеник от страх.“ [20] „Много болести се дължат на индивидуализирането на някои от клетките на човешкия организъм. Следователно, когато клетките решат да живеят самостоятелно, далеч от живота на цялото, те се групират в известни области на организма, дето образуват собствено тяло. Тези израстъци в човека са наречени от учените тумори. Те живеят за сметка на целия организъм и се хранят от неговите сокове. Ако чрез силата на мисълта тези новосъздадени клетки могат да се убедят, че мястото им не е в човешкия организъм, те постепенно ще започнат да намаляват, докато съвършено изчезнат. Прилагайте мисълта си при лекуване. Лекувайте себе си, лекувайте и своите близки.“ [19]

Днес е неоспоримо установено, че силата на мисълта, на правилната положителна и възвишена мисъл, влияе на имунобиологичната защита на организма. Но тази система зависи и от психическото състояние на човека. „Забелязано е, че когато човек започне да люби, сърцето започва да се вълнува, стомахът се разстройва, а мозъкът отказва да работи. Колкото по-гореща е любовта на човека, толкова повече удовете на неговия организъм се разстройват и отказват да функционират.“ [19] Такова разстроено състояние на организма наблюдаваме при хора с непорядъчен, развратен живот. Половото изтощение е най-пагубното състояние на човека. В този случай организмът е с изчерпани сили, намалена защитна

система и липса на всякакъв импулс за духовно творчество. Такива хора имат вяло, отпуснато тяло, сънливи и неенергични са, с набръчкана кожа на лицето, неспособни на сериозен и делови разговор, чужди на всякакъв добродетелен съвет, разхвърляни в мислите и действията си.

„Съзнателният живот подразбира съзнателно хранене, пиене на вода, дишане и възприемане на светлината. Мнозина ядат, пият, дишат, без да отдават значение на тези процеси. С това те малко използват условията. Дишането има смисъл, когато и мисълта, и чувствата, и волята вземат участие в него. Дишането без концентрирана мисъл не допринася нищо. Като дишаш, бавно ще приемаш въздуха и бавно ще го изпускаш.“ [153]

„В нашето тяло се намират енергии, които не са под контрола на нашата воля, и трябва да знаем как да ги управляваме.“ [55]

„Новият, разумен човек, трябва да подбира храната си, да поставя всички растения, всички животни на тяхното място, и като направи една аналогия, човек трябва да постави и своите мисли и желания на своето място.“ [40] „Човек е онзи, който може самостоятелно да се освободи от всички свои страдания и да превърне средата, в която живее, в рай.“ [40] „Неразположението в мисловния свят пречи за приемането на енергиите от храната.“

„Щом страда главата, значи светлината се е намалила; щом страдат дробовете — топлината е намалена; щом страда стомахът — силата е намаляла. Затова силен, добър и умен е човек тогава, когато у него присъствува силата, топлината и светлината.“ „Ако нямаш вяра, чрез която да се свържеш с енергиите на удовете, ще те заболи първо стомахът, после сърцето, дробовете, гърлото, очите, слепите очи и главата.“ „Нервни стават хората чрез своите мисли и чувства — чрез своето сърце.“

„Опадането на косите се дължи на недоимък на топлина и магнетизъм.“ Именно топлината и магнетизмът на тялото са най-силно изчерпани при хора, отдадени на полов разврат. Прекалено голямата полова активност, казахме вече, разстройва цялостната хармония в тялото ни. Един хармоничен и уравновесен организъм, изпълнен с жизнени сили, може да

изяви свръхчувствителност към енергиите и силите, които са недостъпни за другите. Такова състояние е интуицията.

„Времето е хубаво, а ти чувстваш в себе си известна тежест, като че времето ще се развали. Друг път времето е лошо, бурно, а ти усещаш някаква лекота. Това е признак, че времето ще се поправи." [112]. Така маркира Дънов усета към промяна на времето. Той е свързан с промяна на атмосферното налягане, влажността, електромагнитното напрежение в атмосферата, които влияят на физиологичните процеси в организма.

„Ще дойде ден, когато ясновидството ще се обясни научно. Сега е необходимо да развиете онези органи, чрез които се обясняват явленията на Божествената наука. Съвременната наука нарича вътрешното усещане интуиция. Например, когато ще се случи нещо лошо, вие усещате едно стягане под лъжичката."[112]

Споменахме вече, че съветският проф. Б.И.Искаков [252] изгражда собствена теория на основата на микролептомите и по „уравненията на съдбата" на известния физик Шрьодингер. През 1939 година Шрьодингер създаде класическото си уравнение за квантовата механика, което обяснява раждането на микрочастици на материята от световния вакуум. Такива материални микрочастици-двойки се раждат сега от „черните дупки" във вселената. Днес световният вакуум (празното пространство) се нарича „морето на Дирак", тъй като бе установено, че не е празно, а е сфера на мощни сили и енергии, от които се зарежда материята. [284] Искаков твърди, че в тялото и около него има силово поле като скафандър. Чрез силата на мисълта си човек би могъл да отдели това силово поле, да го изпрати към минали и предстоящи събития и да получи информация за тях. С това ученият обяснява ясновидството и дава примери за хора с научно проучена ясновидска дарба.

Дотук разгледахме тялото като отражение на макрокосмоса, духа и душата. Видяхме връзката на тялото с мисълта, ума, сърцето и волята. Преди да пристъпим към тълкуване значението на отделните органи, трябва да видим какво е значението на обмяната на веществата, движението и стойката на тялото, както и неговите електромагнитни пълнежи — биотоковете.

2.5. Движение — обмяна — биотокове в тялото

„Тялото на човека трябва да бъде добре организирано, да няма излишъци. Мускули трябва да има човек, а не мазнини. Мускулите придават пластичност на тялото."[104]

Човекът от цивилизацията на XX век е зашеметен от бързата автоматизация и механизация на живота. Какви ли не машини и уреди заместват неговия ръчен, а даже и умствен труд, спестяват му движения и усилия, пренасят го без особено напрежение от едно място на друго, от един континент на друг, от Земята до Луната, превозват го от жилището му до месторaботата, а даже и в дома му, асансьорът го качва до входната врата на апартамента.

Човек се е обездвижил до такава степен, че с напредване на възрастта изглежда като осакатен, не е в състояние да извършва най-елементарни движения. Това води до атрофиране на мускулната система, отслабване на сърдечния мускул, натрупване на излишни мазнини, вялост във функциите на всички органи, смущения в жлезите с вътрешна секреция, високо кръвно налягане, диабет, разширени вени, нервни разстройства и т.н. Човек не трябва да забравя един основен закон в природата, който гласи, че всяко живо същество, всеки орган и клетка от организма, които не изпълняват функциите и предназначението си, с течение на времето бавно атрофират, като загубват всяка възможност да функционират. А движенията като изява на живота отразяват вътрешното състояние и настроение, вътрешния свят и духовно състояние. Поддържайки пластичността на мускулната система, ние подобряваме кръвоснабдяването и повишаваме психическото и душевното си настроение. Затова Дънов казва: „Истински оправен човек е този, който има мускули, а не излишък от мазнини. В тялото му не трябва да има никакви наслоявания; лицето му не трябва да бъде изпито, с хлътнали очи." [75] „Всички трябва да се стремите да имате пластични движения на всичките си удове и мускули, да не изглеждате като дресирани." [35] Горната част на тялото на човека, гърдите, трябва да бъдат широки, а кръстът и коремът трябва да са деликатни, тънки." [75] „Всяко движение, всяка проява на човека има

отношение към неговото вътрешно естество. Не е безразлично как се ръкуваш с хората. Когато се ръкуваш с човек, когото обичаш, ти подаваш ръката си енергично, живо. Ако не обичаш даден човек, ти се ръкуваш с него вяло, безжизнено." [48] „Цялото тяло на човека трябва да се отличава с подвижност, с пластичност на мускулите. Всеки мускул на лицето трябва да изразява идеите, които го вълнуват. В движенията си човек също така трябва да бъде изразител на своите идеи." [75] „Всяко движение на човека означава нещо. Слушайте някой оратор и вижте, че той маха с ръце, сочи с юмрук към публиката, удря по масата. Тези движения показват, че чувството на разрушение в този човек е силно развито. Щом разтваря ръцете си, това показва, че той е страхлив, умът му не е силен, не може да се управлява. Срещате един човек и виждате, че ръцете му треперят. Казвате, че този човек е неврастеник." [4] „Човек представлява възел от различни сили, които произвеждат различни състояния и настроения в него. Тези сили причиняват известни движения. Всяко движение, всяко трептене на тялото или на някой от неговите удове представлява азбука, с която човек си служи съзнателно или несъзнателно. Например, ако давате нещо на човек, когото не обичате, правите такова движение, в което се чете небрежност. Ако го обичате, правите красиво, хармонично движение с ръката си." [155] Вътрешната душевна нагласа особено добре се изразява в походката на човека. „Научете се да стъпвате на пръсти, а после на петите. Така ще избегнете сътресение на гръбначния стълб. Когато изучавате хода на хората, ще забележите, че някои правят дребни, бързи стъпки. Това показва, че те имат дребнави идеи. Те се занимават с дребнавостите на живота. Други хора правят големи крачки. За тях казват, че се занимават с велики идеи. Наистина великите идеи се придружават с широки, мощни движения. Същевременно ходът на човека трябва да бъде ритмичен и с голяма пластичност. Срещнете ли човек с такъв ход, вие изпитвате известна приятност. Когато в хода на човека отсъства пластичност и ритъм, вие изпитвате неприятност." [21]

„Ние наричаме краката „област на човешките добродетели."" Ръцете пък само благославят. Десетте пръста на краката представляват десет метода, чрез които човек може да раз-

реши известен социален въпрос. Хората се различават по хода си: едни кривят краката си навътре, други — навън, трети — стъпват силно на петите си, четвърти — на пръстите си и т.н. Причините за тези изкривявания се дължат на отклоненията, които човек е направил в своя живот.“ [79] „За да се приближи към Бога, човек трябва да започне с методите на движението. Левият крак например е царственият крак. Когато иска да разбере някой въпрос на жертвата, човек трябва да стъпи с левия си крак, а десния да вдигне нагоре, да го освободи от работа. Когато иска да разреши някой въпрос, който има отношение към ума, ще стъпи първо с десния си крак. Когато тръгвате с някого да вършите работа от сърдечен или умствен характер, ще познаете какъв ще бъде резултатът от това, с кой крак тръгвате. Десният е свързан със силите на мъдростта, а левият — със силите на любовта.“ [79] „Например, като ходи ту с десния, ту с левия крак, човек мени енергиите си — левият крак е пасивен, а десният е активен. Щом левият крак заеме положението на десния, и той става активен.“ [45] Движенията на лицевите мускули са особено добри изразители на душевното състояние на човека. Омразата, болката, недоволството, безнадеждността, тъгата и др. се отразяват специфично върху мимиките на лицето. Затова Дънов казва: „Свиването, изкривяването на устните, на устата, говори за някаква анормалност в организма.“ [87]

„Мъчно може да се намери човек, който по височина да отговаря на тази норма, която аз познавам вече. Съществата от Слънцето ми казаха да държа в тайна мярката за височината на нормално развития човек. Когато дойде бъдещото поколение, което ще е способно не само да вярва, но и да живее в новото, тогава на тях ще се разкрие това, което се разкри и на мене.“ [88]

Десет години преди тази мисъл Учителя отбелязва пропорциите на тялото, които отговарят на античните пропорции, дадени от гръцките скулптори. Както вече споменахме, според тези пропорции ходилата на човека трябва да съставят 1/6 час от неговия ръст. Лицето — 1/10 част, гърдите — 1/4 част, дължината на ръката от китката — също 1/10 част, а вратът трябва да има обиколка колкото е два пъти обиколката на китката. Тези данни се смятат и до днес за класичес-

ка норма за хармонично и красиво развито човешко тяло. „Като разглеждаме линията на раменете, веднага можете да разберете и определите дали даден човек върви по женска, или по мъжка линия. Ако линията на раменете е права — върви по мъжка линия. Ако линията е огъната надолу — по женска линия.“ [94]

Психиката на човека се отразява и върху неговия почерк. Движението на пръстите, тонусът на китката и пръстите характеризират почерка. „Когато работите на човека вървят добре, когато му е широко на душата, той пише едро, нашироко се простира; когато работите му не вървят добре, когато му е тясно на душата, той пише дребно, дребни букви и натясно. Щедрият пише нашироко, а скъперникът — сгъстено.“ [107] „Ако буквите са надебелени в основата, те говорят за твърд, упорит човек. Който не е упорит, пише тънки букви и без надебеляване. Някой пише по-едри, обемисти, широки букви, а друг — тесни, заострени и по-малки. Първият човек по характер е разположен, мек, а вторият — сприхав, гневен.“ [144]

„За да добие пластичност и пъргавина на тялото си, човек трябва да прави физически упражнения.“ [94] Отрано Дънов говори за физически упражнения, т.е. упражнения за заякване, тонизиране и добиване на пластичност. Това не е паневритмията, а просто физически упражнения със заморяване и дишане дълбоко.

„Широки рамене имат повечето мъже. Жените имат кръгли рамене. Мъжът е широк в раменете, тесен в бедрата, а жената — обратно: тясна в раменете, широка в бедрата. Оттук вадим следния закон: мъжът е силен в духовния свят, а жената — във физическия свят.“ [79] „Жена с широки рамене е повече мъж, отколкото жена. Мъж с широки бедра е повече жена, отколкото мъж.“ [79]

„Телата, които Бог ви е дал, трябва да бъдат в изправност. Окултният ученик трябва да бъде здрав, мускулест, нормално развит, трябва да бъде работлив, издръжлив, трябва да се отличава от светските хора със своето стройно, издръжливо тяло, с хармонични и възвишени чувства, както и с права и светла мисъл.“ [74] Но такива ли сме? Колцина от нас правят редовно физически упражнения през деня с оглед под-

държане на пластичността и издръжливостта на тялото си? Колко са тези, които познават детайлно организма си и се съобразяват с неговите особености, за да изправят живота си или духовните си слабости? Тялото е напълно забравено в ежедневието. Живеем, без да мислим за него и без да го чувствуваме. Едва когато заболее някой орган и започне да ни създава затруднения, тогава се сещаме, че сме имали на разположение един сложен и добър помощник." Като изучавате хода, вървежа на човека, ще познаете дали е материалист, или идеалист. Материалистът стъпва тежко, грубо, а идеалистът — леко, едва се докосва до земята." [23]

„Красивото, което човек носи в себе си, трябва да бъде изразено в главата, в лицето, в ръцете, в краката, в цялото тяло, а най-после и в словото му, израз на което са неговите мисли, чувства и постъпки." [19]

„Вратът на човека трябва да има нормална широчина 30 см при височина на човека 165 см. Намали ли се широчината на врата, това е лош признак. У туберкулозните хора вратът е под тази норма. Увеличи ли се у някой човек широчината на врата до 40 см, при същата височина — 165 см, това е лош признак. Такъв човек е осъден най-много след две години да умре от апоплексия. Късият и дебел врат показва затлъстяване у човека и условия за апоплексия. Както виждате, между всички величини в организма на човека има известни пропорции, известни математически отношения, които трябва да се спазват, за да бъде човек здрав." [15] „У някои от вас раменете са прави. У други раменете започват да се огъват, но това е лош признак. Кривите линии у човека показват, че чувствата, магнетичните сили преобладават в него. Когато пък раменете стават много тесни, това не е добър признак. Това показва изопачаване на чувствата." [9]

Трудно е за неубедения човек да поддържа един ежедневен здравословен режим. Обикновено се отлагат или се гледат с присмех физическите упражнения, тъй необходими на съвременния цивилизован човек. Липсата на движения, на екскурзии предразполага към нерегулирано хранене. Да не говорим за яденето, режима на сън, начина на дишане и т.н. Блаженото чувство на благоутробието е завладяло човечеството. То ни предразполага към излежаване и неподвиж-

ност, задоволяване на апетита с пикантни и висококалорийни храни, застоял дневен режим, без дишане на чист въздух. А тялото? За него никой не мисли. То е инструмент за удоволствия от всякакъв характер. Затова е изтощено, лениво, отпуснато, без пластичност и свежест, поддаващо се на заболявания.

„Пълнотата не е признак на здраве. Може да си пълен и да си болен. Аз измервам височината и дебелината на човека и от тези мерки определям колко време може да живее той. Ако е висок 165 см, а широчината на врата е над 40 см, той ще умре от апоплексия. И обратно, ако е висок 180 см, а вратът му няма даже 30 см, той ще умре от туберкулоза." [125] Прогнозата за заболяване от апоплексия важи и днес. Що се отнася до туберкулозата, тази прогноза сега не е така актуално.

Кои са механизмите в тялото на човека, които регулират жизнените процеси, свързани с храненето? Това е преди всичко обмяната на веществата, оползотворяването на приетите хранителни вещества. Този процес също така е изключително зависим от душевното състояние и нагласата на човека. При флегматиците обмяната на веществата има една насока, а при жизнените, енергични типове хора — друга. Обмяната на веществата също така поддържа телесната температура. Тя се регулира в зависимост от температурата на околната среда и се променя при заболяване на човек. С обмяната става изхвърляне на ненужни вещества от тялото, а необходимите се задържат и даже се отлагат като резерв. Обмяната на веществата в организма е изключително сложен биологичен процес, при който решаваща роля играят хормоните, ферментите, ензимите, микроелементите, витамините, а не на последно място и нервната система. За ролята на микроелементите ще дадем един пример: „Открита е субстанция, подобна на „дигиталиса" — вещество, получено от билката напръстник, която регулира кръвното налягане и се съдържа в състава на кръвта. Това вещество навярно регулира „натриевата помпа", т.е. състоянието на калция и натрия в клетките на мускулните влакна на кръвоносните съдове. Мускулните клетки на артериите се свиват, когато калцият в тях надмине определената прагова концент-

рация. Тя пък се ръководи от способността им да изхвърлят натрия. При увеличаване на концентрацията на калция съответно расте налягането върху стените на артериите, което означава повишено кръвно налягане." [247] Виждаме колко голямо значение имат за обмяната на веществата микроелементите в състава на тъканите и кръвта.

„Когато човек желае много материалните работи на земята, той става материалист и бедрата му започват да растат, да се разширяват. Ако духовното в човека преобладава, раменете му стават широки. Щом божественото започва да преобладава, главата става правилна." [12] Тук се набляга на влиянието на духовния свят у човека върху състоянието на организма му. По този въпрос вече говорихме.

„В човешкия организъм има и въздухообразни, и течни, и твърди тела, но понякога става натрупване на тия вещества, което се отразява по един или друг начин върху човека. Обаче разумната природа не позволява да се пристъпват законите й, т.е. тя не търпи никакви житници, никакви хамбари в тялото. Всеки ден човек има право да взема от нейните складове само толкова, колкото му е нужно за деня. Но следствие отдалечаването на човека от разумните закони на природата, у него се заражда желание да се осигури и той всеки ден живее с мисълта да трупа, да събира колкото може повече. Това негово желание се предава и на клетките, в които постепенно става отлагане, натрупване на излишъци, неоползотворени от организма материали. Този човек започва да надебелява, да затлъстява и впоследствие се зараждат различни болести." [18]

„Щом водата намалява, и човешкият живот намалява. Значи каквито промени стават със земята, същите промени стават и с човешкия организъм. Голяма част от тялото на човека е вода. Много хора боледуват от липса на вода в организма им." [20] Човек може да гладува твърде дълго, но да жадува дълго е невъзможно. Организмът ни е изграден предимно от вода. Над две трети от теглото и обема му са вода. Клетките на тялото просто плуват, а и тяхното съдържание също е предимно вода. Затова Дънов казва, че водата е емблемата на живота. От разтворените във водната съставка на тялото вещества зависи неговата издръжливост към

климатичните промени. При нормална телесна температура, т.е. при нормално здраве, обмяната на веществата така регулира температурата, че по нея при отделните части на тялото може да се познае здравословното му състояние. Например при децата, когато имат температура, макар и незначителна, върхът на нослето им е топъл, а при добро здраве — хладен. „За да бъде човек здрав, главата му трябва да бъде хладна, а краката топли." [21] За значението на обмяната на веществата и поддържането на телесната температура, както и за запазване жизнеността на тъканите ще дадем някои научни данни:

„Дори ако температурата на човека спадне само с 2°, т.е. стане 35°, вместо 37°, ние говорим вече за прохлаждане на тялото. В случай, че температурата на тялото продължава да спада под въздействието на ниската околна температура и стане 30°, човек губи съзнание. Ако температурата на тялото се понижи на 28°, сърдечните камери започват да мъжделеят, което води до преустановяване движението на кръвта. Малко преди това измръзналият, поради недостиг на кислород в мозъка, получава халюцинации и следва смърт." (Й.Малмс [249])

„Как се предпазват животните от зимния студ? Дребните бозайници — хамстери, таралежи и др., прекарват зимата в зимен сън, като телесната им температура спада с няколко градуса под нулата. Това се извършва под въздействието на хормонални вещества, произвеждани в хипоталамуса, като решаваща роля играе нервната система. Мечките при започване на зимата консумират 20 часа в денонощие, за да се запасят с мазнини и да могат да издържат без ядене и вода около 5 месеца. Обаче мечката и при 2,2°(над нулата) телесна температура не изпада в мускулно вцепенение. Майката ражда всеки две години, през януари, своите малки, като продължава да спи. Тя топли малките в козината си и се събужда от време на време да ги кърми. Косът издържа до -30°. Телесната му теммпература е обикновено 41°, но същата може да се понижи до 39°, като с това пести резервите си. Чайката, патицата или пингвинът притежават рафинирана артериална мрежа, която предпазва птиците от опасността да се преохлаждат в мократа среда на ледената вода. Студът при опре-

делени насекоми не образува ледени кристали в тялото им, които биха разрушили клетъчните стени, защото обемът на леда е по-голям от обема на водата. С помощта на сорбитен протеин насекомото образува специален „антифриз“. Това захароподобно вещество отнема водата от клетките, което гарантира образуването на ледени кристали само извън тях. Жабите при опасност от замръзване повишават шестократно концентрацията на гликоза в кръвта си. Накрая се вледенява (при много ниски температури) цялата течност в жабата и сърцето и дишането ѝ спират. Вътрешните органи не получават кислород и хранителни вещества. Щом температурата се повиши, обезводнените, но незамръзнали клетки отново поемат вода и започват да функционират.“ [249]

„Чудни са разумните закони на природата, както и възможността на живите форми в биосферата на земята да оцеляват и да се пригаждат към условията, които им се предоставят. С това биосферата се представя като гигантски организъм, който има свой ритъм на живот и обмяна на веществата.

„Учените започват да виждат днес земята като много посложна система, в която океаните, атмосферата и животът взаимно си влияят и заедно оформят лицето на нашата планета. Десетте настъпвания и оттегляния на ледниците през изминалите един милион години точно съответствуват на значителните колебания в земната орбита, т.е. в количеството слънчева светлина, достигаща до Земята. А океаните, покривайки около 70% от планетата, действат като гигантски маховик в машината на Земята.

Днес се установява, че планктонът издишва вещества, които влияят върху образуването на облаците. А топлите течения в океаните пренасят топлина в света и пораждат климатични модели, които се задържат с векове.“ [249] В тази сложна система на живота има обаче и една енергийна среда, за която сравнително малко се говори. Причината за това е, че нашите сетива не са в състояние да регистрират повечето от компонентите на тази енергийна среда. Нима електромагнетизмът, космическото лъчение, светлината не са от значение за живота? Днес се говори вече, както намекнахме, че във вселената няма празно пространство. Всичко е изпълнено с енер-

гийна плазма, съставена от елементарни частици и такива, които се зараждат във „вакуум“ — виртуални частици, двойки с много къс период на съществуване. Всички тези енергии и микрочастици обливат организма ни, проникват го и той трябва да взаимодейства по някакъв начин с тях.

Но има и нещо друго, което не трябва да пропускаме. Това са енергиите, които излъчва нашият организъм. Всяка клетка, всеки орган и система в тялото ни са генератори на лъчисти енергии, които са последици от постоянните химически процеси, ставащи в тях. Тези енергийни нива наричаме биотокове. Те характеризират състоянието и вида на всяка жива форма.

„И хората са свързани помежду си с нещо невидимо, което оказва известно влияние върху тях. Разговаряш с един човек, външно красив, добре облечен, но нещо неприятно излиза от него. Значи той излъчва особена, динамична енергия, която се отразява върху окръжаващите.“ [155] „Ако турите ръката си върху главата на някой здрав човек, ще усетите две течения: едно топло и едно студено. Обаче поставите ли ръката си върху главата на някой неуравновесен човек, ще усетите само едно топло течение. За да си помогне, той трябва да моли някой свой приятел, здрав човек, да тури ръката си върху главата му, за да регулира енергиите на неговия мозък.“[21]

Въз основа на електромагнитните излъчвания и биотокове на организма в медицината се провеждат изследвания на мозъчната, сърдечната и др. дейности. Също така нека напомним за нашумелите в последно време изяви на редица хора, които имат способността чрез биотокове, излъчвани от ръцете и пръстите им, да поставят диагноза и да лекуват болни хора. Тук му е мястото да припомним също възможността на прелетните птици да извършват полетите си, както и на редица насекоми да намерят партньорите си по време на чифтосването. Тези възможности са описани подробно в книгата на Лаковски „Тайната на живота“. [279]

„Като мисли и чувствува, човек се свързва с всички същества над и под него и възприема техните състояния. Достатъчно е да тури той дясната си ръка под лявата ръка на някой човек, за да възприеме състоянието му, мисълта му — дали

е възходяща или низходяща; същевременно той може да определи възрастта му. Причината за това се дължи на факта, че всеки човек според състоянието си образува около себе си специфична атмосфера, специфични трептения, които чувствителният веднага възприема." [44] „Когато философът е зает с някаква важна материална мисъл, от тези центрове на мозъка излиза особена червена светлина и колкото мисълта става по-интензивна, по-възвишена, толкова и светлината става по-ясна, по-светла, по-мека, докато дойде до една мека виолетова, а понякога жълта светлина. Значи цветовете на мисълта минават през целия спектър." [252]

Нека пак да припомним за изследванията на проф. В.И.Искаков, който иска да обясни как майката предчувствува състоянието на детето си, което е в друго помещение, или, че има хора, които от големи разтсояния могат да опишат състоянието на друг човек, който нищо не подозира за това. Авторът споменава, че древногръцките философи са говорили за концентрацията на мисълта и чувствата, които, в прекия смисъл на думата, витаят във въздуха. Наричали са ги ейдоси. Авторът иска да обясни как древните египтяни са узнали, че Земята е кръгла и се върти около Слънцето, след като този факт бе далеч по-късно научно потвърден. Явно, че възможностите за интуитивно опознаване на света са били силно развити у древните хора. Днешният човек разчита предимно на инструменталното и експерименталното регистриране на фактите и законите в природата. Проф. Искаков изгражда своята теория на базата на квантовата механика и уравненията на физика Шрьодингер (както вече споменахме), като смята, че човек е обвит със силови полета, излъчвани от него, и чрез тях той може да се свързва както с минали, така и с бъдещи явления и събития. За силата на мисълта и влиянието ѝ върху организма говорихме, когато описахме състоянието на физика Хоукингс [238] в Англия, който със своята интензивна мисловна дейност забавя развитието на неизлечимата си и смъртоносна болест.

Дънов казва: „Човек крие в себе си сили и дарби, които трябва да развива, за да ги приложи, когато му потрябват. Има хора, които с помощта на лескова пръчка могат веднага да определят къде се намира вода в земята. Там, дето има

вода, пръчицата се огъва. Не всеки може да си служи с тази пръчица. Само човек, който е в хармония с водните течения, може да познае къде има вода и на каква дълбочина в земята. Освен това земното електричество и електричеството на неговия организъм трябва да бъдат разнородни.“ [137] Днес при изследвания на влиянието на земното електричество върху организма ни е установено, че в отделни зони на земната кора има излъчвания, които влияят положително или отрицателно на тялото на човека. Много заболявания, включително и предразположението към рак, се приписват на тези вредни за тялото лъчи. Лаковски [279] в своите проучвания намира, че в територията на гр. Париж (Франция) има канцерогенни зони, където заболяването на хората от злокачествени тумори е много по-високо, отколкото в останалите. Именно в тези канцерогенни зони почвата не е здравословна.

Ние споменахме вече за възможността на животните безпогрешно да се ориентират къде почвата е здравословна. Плъховете, кучетата и други животни като птиците не лягат или не гнездят на всяко място по земята. Затова старите хора казват, че на къща и дърво, на които птичките свиват гнездо, светкавици не падат. Такава чувствителност към земното електричество може да има и човекът.

Вече казахме, че обединяващото течение, аурата, днес се признава и от редица учени. За него говори и проф. Искаков ([252] — 1989 г.), правят се опити тези излъчвания от тялото на човека да се регистрират с чувствителни апарати. Енергиите могат да се провокират и се усилят и чрез високочестотни генератори, какъвто са конструирали семейство Килиан [255]. Като се постави фотохартия с касетка под пръстите на краката и ръцете, високочестотният генератор провокира излъчвания от пръстите, които се регистрират на хартията. По ориолите на пръстите лекарят може да познае здравословното състояние на редица органи в тялото (бъбреци, бели дробове и т.н.).

Установява се, че пръстите на крайниците са мощни излъчватели както и мощни антени за предаване на енергии от други източници. Такава чувствителност притежават често слепите хора. Свръхчувствителността и ясновидството на Ванга от гр. Петрич (България) може да се обясни по този начин.

Описани са случаи на хора, които чрез върховете на пръстите си долавят отделни цветове от светлината. Еренвалд описва хора, които или са слепи, или с вързани очи и изпънати напред ръце се движат в посока на налична червена светлина, а при синя светлина в противоположна посока. [256]

Когато няма хармония в енергийните трептения на една съпружеска двойка (между мъжа и жената), може да настъпи даже бездетство. [256] „Каквото е отношението между две души с еднакво електричество, такова е отношението на човека към себе си, когато двете половини на мозъка са с еднакво или противоположно електричество. За да бъде човек добре, хармонично разположен, в двете половини на мозъка му трябва да има противоположно електричество. [23] „Знаете ли през какъв път минават положителните енергии? Те обикновено излизат от дясното полукълбо на мозъка и вървят по повърхността му, и минават под лявото полушарие, после излизат над него и се връщат под дясното. [75] „Мозъкът е акумулатор на електричеството, а симпатичната и парасимпатичната нервна система — на магнетизма. Затова, който не мисли правилно, ще страда предимно от заболяване на мозъка. Който не чувства правилно, ще страда предимно от заболяване на дробовете и този, който не постъпва правилно, ще страда от заболяване на стомаха.“

Знаем, че друг мощен електрогенератор в тялото е сърцето. Електрокардиографията е метод за изследване сърдечното състояние и мускул на основата на тези енергии, излъчвани от сърцето. „Електричеството постоянно тече по повърхността на сърцето и благодарение на него то се свива и разпуска, като разнася кръвта по цялото тяло. Индусите разбират този закон и правят редица опити с движението на сърцето. Те отнемат тези токове на сърцето и то спира движението си; след това ги възстановяват и движението на сърцето започва.“ [191] „Например съвременните физиолози изучават само физиологическата функция на сърцето като двигател, който взема участие в кръвообращението. Те не знаят другата му служба. От сърцето на всеки човек излиза една светла струя, която се разнася по цялото тяло. Тя показва степента на развитието на човешките чувства. Яс-

новидците забелязват, че от подразделенията на сърцето излизат пламъци." [73] Известно е, че електромагнитните пълнежи и течения са поляризирани. на всяко положително течение отговаря едно отрицателно. Така и в тялото на човека те са поляризирани.

„Горната, косматата част на ръката е положителна, а вътрешната, гладката част е отрицателна. Двете устни са отрицателни, веждите са положителни; горната част на челото, дето действат висши съзнателни или творчески сили, е повече магнетична; горната част на главата, която е покрита с косми, има повече положителни, морални енергии; долната час на лицето при брадата е положителна." [13]

„Когато се срещнат двама души с положително електричество в себе си, те ще станат толкова активни, че ще се сбият, ще се дуелират помежду си. Ако пък се съберат двама души с отрицателно електричество, те няма да се бият, няма да се дуелират от страх за живота си, но между тях ще се яви лицемерие, измама." [1] Окосмената част или космите у животните са проводник на положителни пълнежи. Затова чрез вълната си овцете стават проводник на магнетични сили, които са особено необходими за човека." [20]

Един друг мощен излъчвател на енергии от тялото на човека са очите. Те са прозорецът на човешката душа, казва Дънов. Единствено окото е орган, който произхожда от мозъчна тъкан. Затова то отразява най-точно душевното и духовното състояние на човека. Има хора, чийто поглед действа неприятно на околните, а на други погледът е милващ, успокояващ, благ.

„Има една светлина, от която хората умират. От човешките очи излизат особени светли лъчи, които действат убийствено. Човек с такива очи, като влезе между хората, носи нещастие. Тези лъчи са проказа. Има хора с такива лъчи, които носят благословение за окръжаващите: болните оздравяват, угнетените се повдигат." [112] „В това отношение човек е предавател и възприемател на енергии. Когато между двама души съществува известно подобие, те взаимно си предават своите мисли и чувства: каквото мисли единият, другият ще го възприеме; каквото чувства единият и другият ще го чувства." [150]

„Ако сте ясновидци, ще се уплашите от това, което лошите хора излъчват.“ [154]

Ако човек живее в среда, която е положителна за функциите на тялото му, той ще бъде предимно здрав и дълголетник. Особено чувствително е тялото към природните сили и енергии.

„През 1964 г. френският биолог Белвефер посещава страната на надоблачните дълголетници, тайнствените хунза. Долината хунза е разположена на височина 2500 м, далече от съвременните градове; 32-хилядният народ на хунза не познава болестите. Продължителността на живота тук е изумителна — 120 години. Планинският въздух, закаляването, правилната организация на режима на труд и почивка, здравословната храна, планинската вода и неупотребата на възбуждащи средства — ето къде се крие тайната на здравето и дълголетието на този народ.“ [269]

„Реакцията на организма към метеорологичните промени е съществена, но повечето хора са с притъпена чувствителност към тези енергийни колебания. И все пак мнозина чувстват известни колебания в настроението си при промяна на времето. „Без никаква външна причина човек изпитва известна приятност под лъжичката. Причината за това се крие в подобряване на времето. Друг път човек става от сън, вижда, че времето е ясно, светло, а под лъжичката си чувства известна тежест. Той се пита защо му е мъчно, търси причината за това, но нищо не разбира. Обаче след няколко часа времето се разваля.“ [150]

Всичко, казано дотук, не изчерпва знанието върху биоенергиите на човешкия организъм, върху тяхната взаимовръзка с околната среда и околните живо същества. Както недовършени са изследванията върху трансмутирането на енергиите и микрочастиците във вселената, така недовършени са досега и изследванията и познанията върху енергиите в тялото. След като тялото е отражение на макрокосмоса, тогава логично е да се търси аналогия между явленията и енергиите на Вселената и организма ни. От дадените примери виждаме, че тялото е неразривно свързано с биосферата на Вселената, а както и че то е източник на енергии, които влияят на околната среда. Съществува диалог между човека и макрокосмоса,

ако човек владее и осъзнава тези взаимовръзки, пред него се откриват неизчерпаеми възможности за опознаване и използване силите на природата.

2.6. Значение на органите и системите на тялото

„Като ученици вие трябва да изучавате функциите на вашите органи и системи. Не ги ли изучавате, вие не познавате себе си."

[42]

Споменахме вече, че всеки орган или система от органи в тялото има както свое физиологическо, така и психологическо значение. Те са отражение на известни духовни заложби или качества в човека, а оттук можем да си обясним и влиянието на духовното и психическото състояние на човек върху тези органи и системи. Ще се спрем на най-важните от тях, като не претендираме за пълна изчерпателност.

2.6.1. Нервната система

„Симпатичната и парасимпатичната нервна система в тялото представляват корените на човешкото същество, а мозъкът и двигателната и осезателната нервна система са клоните и листата."

Нервната система в тялото на човека се дели на два основни клона: анимална и вегетативна. Анималната нервна система е тази, която е под контрола на нашата воля и съзнание. Това са двигателната и осезателната нервна система, т.е. тези, които ни служат за съзнателна връзка с околната среда. Вегетативната нервна система е тази, която не е под пряко подчинение и ръководство на волята и съзнанието ни — това са симпатичната и парасимпатичната нервна система. Под тяхно подчинение са всички вътрешни органи на тялото: храносмилателният тракт, жлезите с вътрешна секреция, половите органи, кръвоносната система и др. Вегетативната нервна система е тази, при която мимо нашата воля жи-

вотът и физиологията на организма протича автоматично, съобразно природните закони. Тази система е присъща на цялото животинско царство. Ето защо Дънов я нарича „корените на човешкото същество". Анималната, или съзнателната нервна система, в чието подчинение са движението, волята, мисълта, умът, паметта и т.н., е вторично явление, присъщо само на човека. Тя го отличава от животните, затова е и листата, и клоните, т.е. връзката ни с по-висши силови среди, тя е системата на човешката душа, защото неин главен орган е мозъкът.

„Всеки човек има в центъра на мозъка си едно слънце, което отговаря на нашето физическо слънце. Между тия две слънца има известно отношение. Малкото слънце, което е в човешкия мозък, приема енергия от голямото слънце и я предава на човека във вид на мисли и чувства." [154] „Мозъкът е едно електрическо динамо. Това електричество движи нашите мисли и чувства, създава кръвообращението. Електричеството е превозно средство. Симпатичната нервна система е магнетичен център. Електричеството без магнетизъм не влиза в действие. Магнетизмът дава топлина, а електричеството — светлина. Когато човек е без магнетична сила, той няма топлина. В духовно отношение магнетизмът е влага. Без него човек изсъхва." [154] „Чувствата се образуват в слънчевия възел — центъра на симпатичната нервна система. Мислите и чувствата се препращат по цялото тяло чрез мозъчната и симпатичната нервна система и така обновяват човека. Ако няма хармония между мозъчната и симпатичната нервна системи,човекът не може да се обновява и престава да живее." „Мозъкът е голямо динамо на сили, на електрическа енергия, която изпраща по целия организъм." [4] „Само в главата си човек има около три милиарда и шестстотин милиона разумни душички, които са принудени да живеят в такова тясно жилище." [155] „Моторната нервна система е горе в главата и е свързана със слънцето, а вегетативната нервна система е свързана със земята." [7] „Енергиите на човешкия мозък се разделят на три основни области: първата област е зад ушите, дето функционират низшите енергии. Тази област може да се уподоби на ада в човека. Втората област обхваща енергиите, които функционират в полето на човека — човешкия

организъм. Третата област обхваща енергиите на горната част на мозъка, дето функционират висшите морални чувства. Тази област може да се уподоби на рай в човека.“ [19]

Мозъкът в черепната кутия се разделя на три основни части: продълговат и среден мозък, малък мозък и главен мозък с две полушария. Продълговатият и средният мозък, които са присъщи на цялото животинско царство, съдържат ядрата на най-важните от жизнено значение центрове. Оттук изхождат дванадесетте мозъчни нерва, които ръководят основните качества и функции на организма. Това са: обонятелният нерв, зрителният нерв, околомоториус — за движение на очната ябълка, трохлеарис и абдуценс, също за специални движения на окото, тригеминус (за мускулите на челото, лицето и челюстите), фациялис (за сетивна чувствителност на лицето), слуховият нерв, езикофарингиалният нерв, вагус (блуждаещият нерв, който инервира даже коремните органи), акцезориус — като допълнителен такъв, гълтателен. Тези важни за живота нерви изхождат от продълговатия мозък и повечето от тях са с неосъзната дейност. Те са налице в цялото животинско царство. Върху продълговатия мозък лежи малкият мозък, а над всички — главният мозък с двете си полушария. Гръбначният мозък е главният проводник на всички импулси, които излизат от главния мозък и се разклоняват до всички краища на тялото. Чрез него се предават всички двигателни рефлекси, както и чувството за усет и болка.

„Гръбначният мозък е главният приемник и предавател на праната. Първо праната отива в малкия мозък, а оттам — в главния.“ [22] Изобщо човек работи най-много с десетина мозъчни центъра. Той все още не може да използува целия си мозък, всичките си мозъчни центрове. Всеки от тях има специфична служба. Например горната част на мозъка определя моралността и религиозността на човека. Слепоочната област определя полуинтелектуалната или творческата способност на човека.“ [23] Центровете на математическите способности на човека се намират от двете страни на челото, горе, при обективния ум.“ [23]

„С първите прояви на духовния човек се създава разказът за първите хора в рая, които ядоха от дървото за поз-

наване на доброто и злото. Това дърво се намира в задната част на човешкия мозък. Дървото на живота пък се намира в гръбначния мозък, в гръбначния стълб на човека. Ако извадите гръбначния и главния мозък на човека, ще видите голяма, страшна змия, за която се говори в Битието,че се качила на дървото за познаване на добро и на зло." [42] Мозъчната система с главния мозък е геометрията на живота, а симпатичната нервна система е математиката (алгебрата). Симпатичната нервна система възприема истината и реалността направо, а мозъкът само ги отразява. Истината е път. Тази истина се възприема от свещеното сърце, а мозъкът отразява истината в много форми." [49] Главният мозък е геометрията на живота, тъй като със своите центрове възприема формите, пространството, изображенията на действията и висшите изяви на живота. Симпатичната нервна система е математиката, т.е. алгебрата, тъй като е средата на закономерностите на проявения в тялото живот, на порядъка, последователността на действията, хронологичното развитие на формите.

Докато симпатичната нервна система ни дава възможност да приемаме силите на природата направо (несъзнателно), това е истината и реалността, то главният мозък осъзнава възприетото, анализира го, преценява го и го отразява като представи, впечатления, мисли и т.н. Докато главният мозък със своите сетивни центрове ни ориентира в настоящата даденост — реалност, то вегетативната нервна система е заредена още от минали прераждания с дългосрочни и родови програми за действие. Затова дейността ѝ е подсъзнателна. Интуитивното усещане е присъщо на този вид нервна система.

Учените смятат, че в главния мозък има 70-80 милиарда клетки, които чрез своите израстъци (дендрити и неврити) осигуряват нервна връзка с всички клетки и органи на тялото.

„За мозъка се знае, че в него има 3 билиона и 600 милиарда клетки. В стомаха има приблизително 10 милиона клетки, но от колко милиона клетки е съставено цялото човешко тяло, това учените още не са изчислили." [57] "Мозъкът е орган на мисълта. Затова ще се научите първо да владее-

те отделните центрове като изразители на различните умствени способности. Това знаят посветените. Ясновидците виждат, че от мозъка излизат хиляди нишки в различни направления, по които минават различни течения. От мозъка тези течения минават по цялото тяло.“ [60] От дейността на мозъка зависи до голяма степен общото състояние на тялото, както и неговото здраве. Затова Дънов казва: „Всички хора, които не могат да мислят, затлъстяват. Такъв човек става чувствителен обект, той само чувства, а не мисли. Силната мисъл е едно сигурно средство против затлъстяване. Човек с развита нервна система е горделив, само това му е грехът, иначе е твърд, самонадеян, решителен и някой път жертва живота си за нищожни работи. Човек, у когото е развита симпатичната нервна система, има повече грехове. Той може да се научи да краде, да лъже, да лицемери — той е човек без характер, на всичко е способен.“ [6] „Например, ако в мозъка ви нахлуят научни мисли, ще обхванат горната част на мозъка, в която вземат участие специфични религиозно-морални мисли и желания. Ако се разгневите, ще се събудят енергиите около ушите — центъра на разрушителната способност у човека. Ако гордостта се прояви повече, отколкото трябва, в задната част на мозъка ще почувствате едно болезнено напрежение.“ [60] „Физиолозите и анатомите, които изучават човешкия мозък, забелязват в предната част на мозъка тънки, едва доловими с микроскоп бели нишки, като нерви, от особена материя и вид. Колкото по-многобройни са тези нишки, толкова и съзнанието на човека е по-силно развито.“ [74] Това са нервните връзки между отделните мозъчни центрове. Колкото по-богата е тази вътрешномозъчна свързочна система, толкова по-интензивна и богата е мозъчната дейност. „Човек използува едва 25% от възможностите на мозъка си. Всяка от 30-те милиарда клетки разполага средно с 5 хиляди възможности за контакт с другите нервни клетки и клетките на периферните анализатори.“ [269] „Човешкият мозък в своето развитие има цяла история. Неговите прародители са низшите животни.“ „В средата на човешкия мозък се намира така нареченото „летящо око на душата, или вътрешното слънце на човека“. То играе роля на трансформатор в човешкия органи-

зъм и има и други свойства, освен това да трансформира слънчева енергия. В мозъка има и друг трансформатор, който препраща слънчевата енергия по цялото тяло." [63] „Всичко онова, което е написано в клетките на мозъка, представлява недостъпна област за съвременната наука. Ще минат може би векове, докато хората се заемат с щателното проучване на човешкия мозък. Съвременните учени в някои случаи са отваряли черепа на човека и са наблюдавали мозъка. Те са виждали как той пулсира, как се увеличава и намалява по обем." [83] Като изучавате човешкия мозък, ще видите, че той е набразден, образуван от начупени, нагънати пластове, които са претърпели ред метаморфози, докато дойдат до това състояние, в което ги намираме. По гънките на мозъка тече космическата енергия на разумния живот, който душата използува." [83] „Мозъкът е най-постоянната величина в човешкия организъм. Ако някой човек е тежал сто килограма и заболее от някаква тежка болест, той може да изгуби от теглото си цели 70 кг и да остане с тегло само 30 кг, но същият човек не губи нищо от теглото на мозъка си." [84] „Съвременните учени — биолози, физиолози, анатоми — са изучили човешкия мозък, като са събрали много факти относно гънките му, както и върху белите и сивите мозъчни влакна, но не са обърнали внимание върху известен брой клетки, които пречупват светлината на моралния свят." [85] „Причина за докарване кръвта в движение е особена жива сила, която иде като течение в организма и кара клетките на сърцето да пулсират. Тази сила има свой регулатор в мозъка. По интелигентност след клетките на мозъка идат клетките на сърцето." [87] Сърцето има пряка връзка с нервната система на тялото. То има в областта на дясното предсърдие свой самостоятелен нервен възел. От него произлизат импулсите за ритмично свиване и разпускане на сърдечния мускул. Но въпреки това сърцето е чувствително към смущенията в психиката на човека. Тази негова зависимост от състоянието на нервната система на тялото се осъществява посредством химически вещества, които отделя вегетативната нервна система. Така Нервус вагус (блуждаещият нерв) на вегетативната нервна система отделя веществото ацетилхолин, което разнесено от кръвта, дразни сър-

дечния нервен възел и смущава ритмичното свиване и разпускане на мускула. Тези вещества, отделяни от нервната система, се наричат нервомедитатори, които като хормоните влияят на редица органи в тялото. Това е причината всяко нервно напрежение и възбуда да влияят върху функциите на органите.

„Мозъкът е създаден от особена материя, която се дели на три категории: от един вид е създадена основата на мозъка, от втори — задната му част, а от трети — предната му част. Ако разгледате отделната предна част на мозъка, ще видите, че и тя е съставена от няколко качества материя: материята на долната част на мозъка, на средната, на горната и на най-горната, дето се намират висшите морални чувства." [151] Същинската структура на мозъка пази още своите тайни от учените. Днес в конструкцията му учените виждат устройството на най-мощните компютърни машини, които имитират неговата дейност. Ние споменахме, че връзката между отделните мозъчни зони и главно мозъчните клетки се осъществява чрез нервни израстъци — неврони. Предполага се, че всяка мозъчна клетка е свързана с около 10 000 неврона, чрез които се предават и приемат сигнали." Ако широчината на мозъка е по-голяма от дължината, това показва, че в този човек преобладава животинската любов. За широчина на главата се измерва разстоянието от едното до другото ухо. Колкото по-голяма е широчината на главата, толкова по-голяма е интензивността на силите, които действат в тези центрове." [3] „Френолозите са изучили около 40 центъра на човешкия мозък. Обаче в последно време те са намерили, че на всеки от тях отговарят по три други центъра." [4] „Всеки недостатък на човека показва, че му липсва известен център в мозъка, т.е. не е още развит." [155] „Енергиите от лявото полукълбо на мозъка се проявяват през дясната страна на човека. Човек е разделен на два полюса. Лявата страна в него върви по женска линия, а дясната — по мъжка." [9] Лявото полукълбо съдържа центъра на говора и логичното мислене, а дясната — вярата и фантазията. „Когато мозъкът на човека заболее, той първо загубва способността да произнася съществителните имена, после — глаголите и прилагателните имена, и най-после съюзите." [19] „Прекъсване на съзнанието става всякога, когато двойникът напуска тялото. За

да се върне той в тялото, трябва да се направят няколко паса по гръбначния стълб на човека. Заспиването е пак прекъсване на съзнанието, което се дължи на друга причина — на пирамидалните клетки в мозъка." [19] „Мозъчната система е динамична, понеже произвежда електричество, а симпатичната нервна система произвежда магнетизъм. Стомахът спада към симпатичната нервна система, затова е магнетичен." [23]

„Знаете ли колко нерви има вътре в човешкото тяло? Колко нерви има, чрез които тялото функционира? Те са 700-800 милиона отделни нервички, с които тази велика държава съществa." [38]

„Между стомаха и главата на човека има известно съотношение. Когато стомахът греши, мозъкът се наказва; когато мозъкът греши, стомахът се наказва. Стомахът се наказва, за да се изправи мозъкът на човека; мозъкът се на казва, за да се изправи стомахът." [78]

„Задната част на мозъка се занимава с обикновени чувства, а предната — с мисълта; горната част на мозъка се занимава с възвишените чувства, а долната — със стомаха." [87]

Нека разгледаме по-обстойно вегетативната нервна система на човека. Казахме, че в нея са корените на човешкото същество. Тя има по-стар произход в сравнение с анималната нервна система и по-специално с главния мозък.

„Ако разгледаме симпатичната нервна система, ще видим, че корените ѝ са в стомаха, дето има жлези, наречени стомашен мозък, чиито клони отиват в главния мозък и оттам изпращат енергиите си надолу." [112] Вегетативната нервна система (симпатична и парасимпатична) поддържа връзка с всички вътрешни органи на тялото (очи, слух, слюнчени жлези, сърце, бял дроб, стомашно-чревен тракт, черен дроб, панкреас, надбъбречни жлези, бъбреци, пикочен мехур, полови органи и др.). Чрез тези органи всъщност вегетативната нервна система осъществява връзка с външния физически свят. Затова се нарича корени на тялото. Тя се дели на симпатична и парасимпатична нервна система. Тези два дяла са като два полюса, които си противодействат, т.е., ако единият дял подтиква функциите на даден орган, другият ги възпира и задържа. Един от главните центрове на тази система е слънчевият възел, който лежи непосредствено под стомаха, в коре-

ма. Съществена роля играе вегетативната нервна система при разпределението на кръвния поток в тялото. Тя предизвиква свиването и разпускането на кръвоносните съдове, а с това и кръвоснабдяването на крайниците и лицето. При страх лицето става бледо, при гняв става червено, съответно и сърцето ни повишава или понижава пулса си и т.н.

Чрез мисълта и волята си можем да влияем на дейността на вегетативната нервна система и на функциите на вътрешните органи. От друга страна, всяко нарушение на хармонията в нашия душевен свят води до разстройство на функциите на известни органи. Затова трябва винаги да има пълна хармония между функциите и състоянието на централната нервна система (мозъка) и на вегетативната нервна система.

„Сега се организират човешките мисли, чувства и постъпки. Сега се организират всички органи, за да влязат в съгласие със симпатичната нервна система. Божествената енергия иде от симпатичната нервна система." [49] „Младият човек живее в областта на симпатичната нервна система, без да разбира нейното значение. Той не знае какво грамадно значение оказва тази система върху него. Успехът във всяко начинание зависи от състоянието на симпатичната нервна система. Радостта, разположението на духа, вдъхновението се дължат на симпатичната нервна система. Това се е знаело някога, но се е забравило и отново трябва да се изучава. Мозъчната система представлява динамото. В нея са скрити всички динамични сили. Но човешкият мозък още не е организиран." [49]

„Забелязано е, че при добро разположение на духа човек чувства под лъжичката особена мекота и приятност. В този момент той може да работи усилено върху мозъка си и да го организира. Духовната сила на човека е в слънчевия възел, който аз наричам животворен мозък на човека. Неорганизираният мозък и животворният мозък на живота трябва да се хармонизират." [49] „Ако искате да се разбирате помежду си и да наредите работите си добре, вслушайте се в съветите и изискванията на симпатичната нервна система. Който живее в симпатичната нервна система, има едни резултати; който живее в отраженията, т.е. в мозъка, дохожда до други резултати." [49]

Дънов иска да ни подскаже, че при сегашната степен на духовно развитие е по-добре хората да се вслушват в интуицията, отколкото в ума си, тъй като интуицията е безпогрешна и по-добре ще ни направлява. Когато се ангажираме с ума, т.е. с главния мозък, започваме много да умуваме, да се колебаем, съмняваме се и пропускаме благоприятни моменти в живота. Централната нервна система, т.е. умът, разумът и мисълта ни не са още под влияние на едно напреднало съзнание — свръхсъзнанието,за да са безпогрешни и праволинейни. Те са под влиянието на чувствения свят у нас.

„Някои ученици в класа искат да изучават тайните на йогите. Преди да дойдете до това знание, изучавайте симпатичната нервна система, за да се тонизирате. Ако между мозъчната и симпатичната нервна система няма хармония, нищо не можете да постигнете. Колкото по-организирана е мозъчната система — мозъкът, толкова по-добре действа и симпатичната нервна система.“ [49] Да изучим симпатичната нервна система, означава всъщност да овладеем функциите на вътрешните органи с нейна помощ, но това не е така лесно. Трябва да започнем с храносмилателната система, дихателната система, кръвоносната система и т.н. „Като говоря за симпатичната нервна система, мога да ви дам упражнения за развитието ѝ, но е опасно, ако умът ви вземе участие в тях.“ [49]

За овладяване функциите на тялото се изисква пълно вглъбяване и пълна вяра в себе си и концентриране без никакво умствено колебание и неверие. Животинският свят съществува под влияние на симпатичната нервна система. У животните няма разсъдък, мисъл и вяра, но затова пък те притежават пълно интуитивно ориентиране и затова могат да почувстват предстоящи земетресения, бури, влиянието на земните енергии, попадания на светкавици, лесно издирване на храната, предчувствие за опасност и т.н.

„Правете опити да усилите вярата си. Например искате да посетите приятеля си, но не знаете дали е вкъщи. Съсредоточете мисълта си към него и вижте какво ще почувствате. Ако си е у дома, ще усетите нещо приятно под лъжичката. Ако не е, ще почувствате на това място известна празнота.“ [154] Това е елементарен пример за предсказване на явления и процеси, които ни интересуват. Но за да осъществим такова усеща-

не и предсказване, трябва да имаме пълна вяра в успеха си, без колебание, размисъл и философстване. Пълно изключване на околната среда."

„Често се говори за сърцето като изразител на чувствата. Де е това сърце? В симпатичната нервна система или в слънчевия възел! Това сърце има свои посланици в мозъка, те го представят. Мозъкът има отношение към умствения свят — горния свят, поради което е отделен от чувствения свят. Умственият свят е в главата, а чувственият — в симпатичната нервна система." [154]

„Връзката между главата и стомаха става посредством магнетизма на симпатичната нервна система и електричеството на централната нервна система."

„Главоболие се получава и при разстройство на слънчевия възел. Разстройството в стомаха причинява главоболие и обратно."

В днешния цивилизован свят е нарушена хармоничната връзка между вегетативната и анималната нервна система. Макар да стоим по-високо от животните, ние не сме постигнали хармонията между чувствения и умствения свят у нас. Мисълта, разумът, умът и вярата не са напълно организирани, т.е. не са достатъчно овладени, поради което не са ни пълноценни помощници и понякога пречат на правилното действие и осъзнаване на интуитивното ни чувство. Ние, хората, не действаме в живота си по разумната воля и мисъл, а найчесто по подражание. Разумът ни в повечето случаи не участва при преценката на дадена ситуация. Чувствата, желанията, страстите, присъщи на животинския свят, са силни и ни владеят, а това е признак за низкото ни духовно ниво. Тази обърканост в постъпките в живота ни създава наймного главоболия, нещастия и болести.

2.6.2. Дихателната система и здравето

„Преди мисълта е дишането. Човек първо диша, а после мисли." [41]

Дихателната система, колкото и да е проста на вид, е една от най-важните в тялото. Всички жизнени процеси в ор-

ганизма зависят от качеството на дишането. Чрез него набавяме в организма кислород, който във физическия свят поддържа горенето, а в органичните процеси — окисляването. Обмяната на веществата и отделянето на топлина в тялото дължим на кислорода. Ако липсва кислород в кръвта, даже функциите на мозъка спират. Затова Дънов казва алегорично, че първо е дишането, а после мисълта. Но дихателният процес в дробовете има и психологическо значение. Колкото по-правилен и хармонизиран е той, толкова по добри са мислите и чувствата на човека. Навярно белите дробове имат и друга вътрешна функция, която влияе на нервната система.

„Кой може да каже що е дишането? Учените го определят много добре, но какъв е вътрешният му смисъл? За някои то е поемане на въздух навътре и изпущане навън. Учените изчисляват, че в дихателната система има 600 000 000 клетки, значи 600 милиона работници. Всяка клетка е едно малко разумно същество, което си има специфична работа. То разбира и химия, и физика, разбира и физиологичните закони и не само разумно се храни, но и разумно изпълнява зададената му задача. За една минута човек прави 20 вдишки, а всяка вдишка е хранене, слагане на трапезата. В минутата има 60 секунди, значи за обяд се слагат 20 ядenета. Всяко ядене трае три секунди. В един час се слагат 120 обяда. Ако пресметнете колко прави това за 24 часа, вие ще трябва да плащате милиарди само за дишането.“ [62] Дихателната тръба на дробовете завършва с бронхите, след това навътре като клоните на дърво се разклоняват на по-тесни бронхиоли, които завършват, както гроздът на лозето, с малки мехурчета, наречени алвеоли. Въздухът в тези мехурчета отдава кислорода на червените кръвни телца, като същевременно те пък изхвърлят въглеродния двуокис в алвеолите. Ако разстелем всички дихателни мехурчета, ще покрием с тях повърхност приблизително равна на 90 квадратни метра. Без физическо напрежение на тялото, човек вдишва и издишва към 500-600 куб.см въздух. При спорт, туризъм, физическа работа и др. количеството на вдишвания и издишвания въздух може да достигне до 1500-2000 куб.см, даже и над 3000 куб.см в зависимост от дихателния капацитет на дробовете

и тренировката. Различаваме повърхностно дишане, средно и дълбоко дишане. От друга страна, в зависимост от това, кои части на дихателната система се изпълват, различаваме: горно, средно, долно.

Дишането поначало е автоматичен, независим от нашето съзнание процес. Но той може да е и съзнателен, т.е. нарочно да дишаме по-дълбоко или по-често и обратно. Навлизането на въздуха в дробовете става на принципа на празното пространство, т.е. ние всмукваме въздуха от атмосферата, като разширяваме гръдния си кош, а с това раздуваме белите дробове като две меки гумени топки. Значи атмосферното налягане втиква въздуха в дробовете. При издишване ние изтласкваме въздуха навън, като свиваме гръдния си кош.

Чрез дихателния процес ние извършваме още две важни функции: говорим и пеем. Гласните струни — две тънки лигавични гънки в гръкляна ни, издават отделните звуци, като трептят в преминаващия между тях въздух.

„Някои, като не разбират какво представлява човешкото тяло, казват: „Да имам и аз една цигулка „Страдивариус". Ти имаш тяло, което струва хиляди пъти повече от цигулката на Страдивариус. Ти имаш гърло, което струва милиони. Човешкото гърло като инструмент не може да се сравнява с никой друг, направен от човека, нито по сила, нито по тон, нито по израз." [131]

Сега нека разгледаме значението на дишането за здравето на тялото и на психиката на човека.

„Съвременните хора дишат само с горната част на дробовете си, а това е недостатъчно. При дишането трябва да вземат участие умът, сърцето и волята. Ако те не си сътрудничат, човек не използува както трябва въздуха." [153]

Нека отбележим, че мъжът и жената имат различна дихателна динамика. Докато жената диша чрез разширяване на гръдния кош (гръдно дишане), то мъжът диша предимно чрез движение на диафрагмата (коремно дишане). С това жената вентилира предимно горните дялове на дробовете си, а мъжът — долните. По този начин нито мъжът, нито жената осъществяват пълноценно дишане. То се осигурява или чрез съзнателно разширяване на гръдния кош и движение на диафрагмата, или чрез спортуване (туризъм, гимнастика и др.).

„Здравето на човека зависи от количеството на въздуха, на светлината и на топлината, които той приема от външния свят. Светлината дава простор на мисълта. Дишането дава простор на чувствата му, а топлината внася разширение и в чувствата, и в мислите.“ [153] „За търпеливия човек е нормално да прави три вдишки и три издишки в минута. Съвременната наука смята нормално да поемаш десет пъти въздух в минута и десет пъти да издишаш, десет вдишки и десет издишки. Нервните хора дишат бързо, слабогръдните — също. При нормално дишане, което става спокойно, тихо, без шум, човек изпитва приятност и разположение. Като спи, здравият човек спи толкова тихо, че не можеш да разбереш жив ли е, или не. Някой пък, като спи, хърка. Това показва, че дишането му е неправилно. Трябва да му се обръща внимание, понеже то е свързано с мисълта. Който не диша правилно, той не може да мисли добре.“ [155] Дълбокото и правилно дишане изисква тренировка, и то в продължение на години, за да стане навик. Особено важно е то при активно спортуване. Хъркането пък се дължи на неправилната поза на главата или на ниска възглавка. Почти петдесет на сто от хората хъркат, особено повъзрастните.

„Колкото по-слабо е развита дихателната система, толкова човек е по-срихав, по-нервен, следствие на което носът и ноздрите му са по-тесни.“ [15] „Чувствата и желанията представляват вдишвания в живота, а мислите — издишване. С други думи казано, чрез сърцето си човек вдишва, а чрез ума си — издишва. Да мислиш, това значи постоянно да вдишваш. Ако сърцето и умът в човека действат правилно, процесът на дишането също е правилен. Ето защо ние препоръчваме дишането като метод за регулиране на мислите и чувствата у човека.“ [45]

Аналогията, която прави Дънов, между вдишването и издишването, от една страна, и желанията и мислите, от друга, има свой дълбок смисъл. При вдишването ние приемаме нещо, от което имаме нужда (кислород), същото е и при желанията, тъй като те ни насочват към придобиване на нещо. При издишването обаче ние изхвърляме нещо (въглероден двуокис), което даваме на растенията в природата, и аналогично — при мисълта ние имаме налице творческия процес, при който даваме нещо от себе си, било то идея, препоръка и т.н.

„Здравото тяло значи правилно разпределение на енергиите в човешкия организъм. Дробовете представляват сито, през което се пречистват умственият и сърдечният живот в човека.“ [45]

„В белите дробове има повече от 600 милиона клетки, затворени в малки лаборатории. Когато вдишваме, всяка от тия клетки за кратък момент изпълнява двойна служба: физиологическа и психическа. В този смисъл дишането е двоен процес на хранене. Крайна негова цел като психологически процес е пречистването на мисълта.“ [3] Обикновено се говори, че дишането е просто процес за набавяне на кислород и изхвърлянето на въглероден двуокис от кръвта. „Оказа се, обаче, че белите дробове играят освен всичко и ролята на имунен орган, при това твърде мощен и неотстъпващ дори на такива лидери на ендокринната система, като тимуса и лимфната система. Клетките на дихателната система произвеждат имуноглобулин-"А“ — вещество, което неутрализира бактериите и вирусите. Освен това белодробната тъкан поддържа прецизния баланс на простагландините, представители на вътрешноклетъчните хормони, които участват в управлението на работата на главния мозък, черния дроб и други органи. В тъканите на белите дробове преминават през своеобразна биохимическа корекция такива сложни вещества като ренин, ангиотезин, алдостерон, от които зависи сигурната работа на бъбреците, регулирането на кръвното налягане и обменните процеси на организма.“ [234] Значи от състоянието на дихателната ни система зависи нормалната функция на важни органи: мозък, бъбреци, черен дроб, кръвоносна система, обмяна на веществата, и т.н. Същевременно в белия дроб има вещества, които ни предпазват от инфекция чрез въздуха. С тази пряка функционална връзка между белите дробове, мозъка и черния дроб трябва да си обясним и становището на Дънов, че дишането регулира мислите и чувствата.

Трябва ли след тази информация за значението на дишането да си задаваме въпрос, защо е нужно да дишаме дълбоко, правилно, и то чист въздух? Нарушеното, повърхностно и неритмично дишане е присъщо на съвременния цивилизован човек. Той живее в жилището си и на работното си място, а още вече на улицата при крайно неблагоприятни условия на

дихателния процес. Да не споменаваме навика да се пуши тютюн, чиито изпарения тровят даже непушачите. Налага се коренно преразглеждане на понятията ни за дихателния процес и на условията, при които ние дишаме. Това не трябва да е подсъзнателен процес, а в него да участват мисълта и умът ни. Волята трябва да се намесва, докато ни стане навик да дишаме правилно и дълбоко. Контролът ѝ трябва да е непрестанен. Това се налага от обстоятелството, че вниманието на хората постоянно е ангажирано с трудовия процес, психологически напрежения, душевни вълнения, умствени усилия и др., които отвличат вниманието ни от дишането и то става подсъзнателно, непълноценно, автоматично и ритмично, да поддържа правилния ритъм на сърцето, толкова обременено от застоялия и неподвижен живот на хората. Ето защо се препоръчват чести дихателни гимнастики, повече мускулно напрежение и туризъм, които неволно ни задължават да поемаме дълбоко дъх и да синхронизираме крачките си с ритъма на дишането.

2.6.3. Кръвообращение и храносмилане

„Животът е в кръвта. Кръвта пък излиза от сърцето. Значи животът иде от сърцето.“ [43]

„Стомахът е орган, в който работят сили за изграждане на материя, ако стомахът не събира материя за градеж, човешкият живот се прекратява.“ [154]

За кръвообращението и храносмилането говорихме доста в отделните раздели досега, тъй като са тясно свързани както помежду си, така и с останалите системи на тялото. Тук ще изтъкнем някои специфични особености на тези системи.

Сърцето като най-главен орган в кръвообращението лежи в гръдния кош асиметрично — повече вляво. Беинса обяснява това с изместването на земната ос. Артериалната кръв изпраща хранителни вещества и кислород към цялото тяло и неговите органи, а венозната пренася до сърцето въглеродния двуокис, други вещества и храни, взети от черния дроб.

За целта кръвта от храносмилателния тракт (тънки и дебели черва) трябва първо да премине през черния дроб, за да остави там за преработване приетите чрез червата хранителни вещества. След това вече с готовите за клетките вещества се насочва към дясното предсърдие и камера на сърцето. Оттук кръвта заедно с храните минава през дробовете, за да се обогати с кислород и да се отправи като артериална кръв по цялото тяло.

Има обаче още една система, принадлежаща към кръвообращението, за която малко се знае. Това е лимфната система. В нея пренасянето на лимфата е еднопосочно, т.е. от периферията към сърцето. Тя се движи следователно в тази посока по самостоятелни лимфни съдове, като в известни участъци (слабините, коремната област, гръдния кош, подмишниците и др.) минава през лимфни възли, които служат за филтри на системата. Лимфната течност се набира от междуклетъчната течност на тялото, поради което съдържа отпадни продукти, бактерии, вируси и др. Лимфата съдържа и няколко вида бели кръвни телца, които изграждат защитната имунна система на тялото.

Лимфните съдове лежат паралелно на венозните съдове и се групират в гръдния кош в мощен лимфен съд, който влива лимфата си в лявата подключична вена. От дясната ръка тя се влива в дясната подключична вена. Лимфните възли задържат и унищожават всичко, което е вредно за организма. Затова при възпалителни процеси например на крака или ръката лимфните възли в слабините или подмишницата се подуват и са болезнени. Това показва, че в този момент в тях се унищожават вредителите на тялото.

„Сърцето е единственият орган в човека, който не се подчинява на неговата воля. То има определен ритъм с определено число удари в минута, които се определят от степента на човешкото развитие, т.е. от мястото, до което е достигнал в своето развитие." [118] Споменахме, че сърцето има самостоятелна нервна система, която се влияе и се дразни от хормоноподобни вещества, пренасяни от кръвта. Мускулите на сърцето са подобни на скелетната мускулатура и с това то прави изключение от другите вътрешни органи, които имат не набраздена мускулатура, а гладка. Чрез симпатичната нер-

вна система сърцето, както споменахме, функционално се влияе от нашите чувства, психически преживявания, мисловна дейност и т.н.

„Що се отнася до биенето на сърцето, забелязано е, че първите 12 часа от деня сърцето бие побързо и с няколко удара повече от нормалното. През тези 12 часа то е във възходящо състояние. През вторите 12 часа на деня, т.е. през втората половина на деня, ударите на сърцето намаляват с няколко и то се намира в низходящо състояние. Същото нещо се забелязва и през месеците на годината. През първите 14 дни на месеца сърцето е във възходящо състояние; през вторите 14 дни — в низходящо състояние. През първата половина на годината е във възходящо състояние, а през втората половина — в низходящо състояние.“ [82]

Като „органи на чувствата“ ние най-малко щадим сърцето. Особено силно се влияе то от наличието или липсата на кислород в кръвта. При повишена обмяна на веществата, както е при физическия труд, спорт, екскурзии в планината, нуждата на тъканите от кислород се увеличава. Това налага повишена дейност на сърцето, за да изпрати повече кръв с кислород до клетките. Ако успеем чрез дълбоки вдишвания да си набавим необходимия кислород, сърцето бързо намалява честотата на ударите си. От това следва, че ако при тежки физически натоварвания успеем да осъществим ритмични и дълбоки вдишвания за по-продължително време, можем да предотвратим задъхването и ускорената сърдечна дейност. Защо е така? Дълбокото и ритмично дишане доставя на кръвта повече кислород и тя по-лесно задоволява нуждите на органите. В такъв случай не е необходимо да се ускори кръвообращението чрез повишена сърдечна дейност. Ако при физически натоварвания дишаме повърхностно и плитко, притокът на кислород ще е по-малък и за да се повиши той, трябва да се ускори сърдечната дейност. Като регулираме дишането си съобразно кислородния глад на тялото, можем съзнателно да щадим сърцето си. „Докторът казва: тоя човек има сърцебиене. То е прилив във вашия организъм, който се отразява върху сърцето. И когато лекарите казват на някого, че има порок на сърцето, аз казвам, че тоя човек има известен прилив на ум, на своето сърце, на своята душа.“ [30] Трябва да правим, разбира се, разли-

ка между сърцебиене, причинено от умора, и сърцебиене, причинено от от порок в сърдечната нервна система или клапи. Има сърцебиене и при психически травми, когато симпатичната нервна система, т.е. вегетативната нервна система отделя хормоноподобни вещества и те причиняват повишена дейност на сърцето. „Най-малките, най-слабите промени в пулса говорят за деликатни преживявания на човека. Когато той се въодушевява от възвишени мисли и чувства, биенето на сърцето е ритмично, пулсът му е правилен, хармоничен. Когато живее в областта на грубите, низшите чувства, пулсът е дисхармоничен, неправилен.“ [108] Най-тежко е изпитанието на сърцето при задоволяване на половия нагон, при безразборни полови изживявания. Тогава не само има повишена дейност, но много често и нарушение на ритъма.

Сърцето и кръвообращението са източници и носители на електромагнитни пълнежи. Сърцето е мощен електромагнитен генератор, тъй като неговият мускул работи непрестанно. Говорихме вече,че при всяка биохимична реакция в клетките се отделя електромагнетизъм. Усилената и постоянна дейност на мускула на сърцето поддържа повишена обмяна на веществата и мощен електромагнитен пълнеж. На това състояние на сърцето се дължи и медицинското изследване чрез електрокардиографията.

„Кръвта носи със себе си електричество и магнетизъм, които се предават на центровете на мозъка и помагат за тяхното развитие.“ [4] „Всъщност движението на кръвта не се дължи на свиването и разпускането на сърцето, а на особен род космическо лъчение, наречено електричество. То е причина за свиването и разпускането.“ [145] Безспорно е, че същинският причинител за контракциите на сърдечния мускул е електричеството, изхождащо от нервния възел в зоната на дясното предсърдие. От своя страна той се влияе в своята дейност от електрическите и магнетични пълнежи на централната нервна система, както и от хормоноподобните вещества — нервномедиаторите, произвеждани от нея.

Електромагнитните пълнежи в организма са причина и за съдовите спазми при стенокардията, болестта на Бюргер, при язвената болест, при силна психическа възбуда (страх) и др. „Какво представлява неврастенията? Неврастенията не е ни-

що друго освен резултат от неправилно функциониране на капилярните съдове. Тя се предизвиква от голямото натрупване на електричество върху нервната система. Излишното електричество причинява голямо напрежение върху нервите, вследствие на което човек става извънредно нервен." [137]

„Елементите на кръвта показват дали някой човек ще бъде богат, или не. Като разложите кръвта, ще видите, какви елементи се съдържат в нея. Някой химик по състава на кръвта може да определи доколко е богат този човек. Елементите в кръвната проба показват какво е богатството му. Когато кръвта ти е бедна, и целият свят да ти дава пари, ти пак сиромах ще си останеш. Онова, което човек може да изяде и да се ползва разумно от него, онова, от което човек се радва, като го възприема, то е неговото богатство." [63] Дънов намеква с тази мисъл, че материалното богатство е непълноценно и нетрайно. То не винаги носи щастие. Обаче това, което човек сам може да усвои или възприеме, било то материално или духовно, и което може да му носи щастие и радост, това е неговото истинско богатство. „Има елементи, които се срещат в кръвта на богатия, учения, а отсъстват в кръвта на бедния, невежия, слабия. В кръвта на богатия има повече органично желязо, отколкото в кръвта на бедния. В бъдеще учените ще правят изследвания на кръвта и по нея ще определят даже характера на човека. Всяка характерна черта има специфичен елемент в кръвта." [48]

Лимфният и кръвният поток в съдовете са под налягане, което сърдечният мускул упражнява при изтласкването на кръвта. В случай че силата на мускула намалее, се получава застой, който много често се наблюдава в долните крайници — краката са хладни и в областта на глезените отекли.

„Има няколко начина за определяне дължината на човешкия живот. Един от простите е следният: туриш пръста си отгоре на кожата натиснеш малко. Ако на мястото, дето си натиснал, остане трапчинка, това значи, че този човек няма да живее дълго. Ако натиснете с пръст кожата на някого и трапчинката бързо изчезне, той ще живее дълго." [49] Този диагностичен трик се прави при болни със сърдечен порок или слабост на сърдечния мускул. Натиска се кожата на подколенницата, върху костната подложка.

Храносмилателен тракт

Храносмилателният тракт снабдява тялото с органична материя, която то използува за собствения си градеж. Освен мазнините, въглехидратите (захарите) и белтъчините, храносмилателният тракт набавя витамини, микроелементи, етерични вещества, хормоноподобни вещества, ферменти, ензими и др. С това храносмилането е пряката връзка на организма ни с биосферата на земята. Докато сетивата ни контактуват с по-висшите енергии на биосферата (светлина, топлина, звук, електромагнетизъм и др.), храносмилането приема материята, за да я преработи. Тази му функция го поставя на едно от първите места сред биолабораториите в света. Съперничи ѝ фотосинтезата у растенията, която под въздействието на слънчевата енергия превръща неорганичната материя в органична.

„Яденето е резултат на дейността на човешките клетки. Колкото по-съзнателно извършват работата си, толкова поздрав е човешкият организъм. Десет милиона клетки в стомаха вземат участие в смилането на храната." [42] Възприемането на хранителния материал започва още чрез устната лигавица. Тук се поглъщат редица фини и бързодействащи вещества. Пример в това отношение е действието на нитроглицерина при болни от гръдна жаба (ангина пектурис). Още с поставянето на хапчето нитроглицерин под езика, настъпва намаляване на съдовия спазъм на сърцето и облекчение на болния.

Слюнката в устата играе също голяма роля при храносмилането, затова храната трябва да се дъвче по-дълго и да се задържа по-продължително в устата. Освен това слюнката действа и бактерицидно, като с това предпазва човек от стомашни инфекции.

Храносмилателната система е изцяло под въздействието на вегетативната нервна система (симпатикус и парасимпатикус). Поради това храносмилането е под силното влияние на психическото ни състояние и сетивните възприятия. Например още от мириса на храната, от нейния външен вид, от поставянето на приборите за хранене, от пипането на продуктите и др. храносмилателните органи се подготвят за

възприемането и смилането на съответната храна. Те отделят подходящите секреции за нея.

Психическите смущения и вълнения също така влияят на функцията на храносмилателните органи. При нервна възбуда, страх, гняв и други в стомаха се набира много солна киселина, а червата ускоряват или забавят механичното пренасяне на храната.

„За да създаде добър характер в себе си, човек трябва да държи храносмилателната си система в изправност. Не е без значение, как ще започнеш да ядеш, изведнъж ли ще се нахвърлиш върху яденето, или ще се спреш пред трапезата, ще благодариш за това, което ти е дадено, ще си кажеш молитвата и след това ще започнеш да ядеш. Не е безразлично, дали ще ядеш бързо или бавно; дали ще дъвчеш добре, за да се всмукват хранителните сокове не само в стомаха, но и от езика. Не е безразлично, дали трапезата е чиста, добре подредена, или нечиста и в безпорядък. Това са условия, които оказват влияние върху изправното или нередовното състояние на храносмилателната система.“ [23]

„Различаваме три категории хранене: механично, или физическо, органическо и умствено. Механичното хранене е присъщо на животните, които гледат на храната като процес, който задоволява техните нужди. Човекът се храни съзнателно, изпитва приятност и вкус при храненето. При този процес вземат живо участие чувствата. Третият процес на храненето е присъщ на хората с висока умствена и духовна култура. Тук мисълта взема живо участие.“ [23] Доброто хранене е свързано с хигиената на храненето. Трябва да ядем чиста, добре подготвена храна, прясна и богата на хранителни вещества. От съществено значение е и нашето психическо настроение и нагласа. При лошо настроение, бързо хранене, лошо сдъвкана храна процесът на храносмилането се забавя и настъпва дискомфорт в храносмилателния тракт.

„Стомахът, който изисква 4 часа, за да смели храната, не е нормален. Във функцията му има някаква аномалия. Сегашните хора ядат бързо, бързо приготвят храната си, без да държат на това, дали е добре измита или не, като за оправдание цитират стихове.“ [88] Нормално стомахът след три часа трябва вече да е изпразнен. В червата храната пре-

минава също за 3 часа, а в дебелото и правото черво (при запек) води до обратното поглъщане на редица отпадни и вредни за организма вещества. Такова забавено придвижване на хранителните отпадъци има при хората, които малко се движат, не спортуват и изобщо водят застоял живот. „Ако искате да разберете дали даден човек е работлив, наблюдавайте го как яде. Колкото по-енергично и по-съзнателно яде, толкова по-енергично и с разположение работи той." [24] „Черният дроб е орган, който извършва специфична служба при храносмилането. Ако тоя орган не работи добре, организмът страда. Видите ли че лицето на човека пожълтява или почервенява, търсете причината за това в черния дроб. Доброто и лошото му състояние се отразява върху чувствата на човека, а те пък се отразяват върху здравословното състояние на черния дроб." [144] „Я вижте онези хора, които имат длъгнести лица, черни очи, живи, не са ли активни? Защо? Черният дроб в тях има преимущества, той е развит като динамична сила. Вземете онези хора, които имат валчести лица, като месечина, в тях стомахът е развит, те обичат да си похапват, да си попийват и като ядат, от тях по-добри хора няма и казват: „Тъй разбираме света." [163] „Какво представлява злъчката? Ако злъчката не беше горчива, сърцето не би тупало. Злъчката взема всички противоречия, които се зараждат в сърцето, преработва ги в себе си, следствие на което става горчива. Стомахът и червата казват: Ние трябва да работим, за да освободим злъчката от отровите, които ѝ причиняват страдания." [190] Черният дроб е най-мощната биохимическа лаборатория в организма. Всички хранителни вещества в организма, приети чрез храносмилателната система (уста, стомах, черва), преминават първо през черния дроб и едва тогава сърцето ги разпраща по органите и клетките. Злъчната секреция подпомага смилането на мазнините в червата. При запушване на злъчните пътища в черния дроб хората заболяват от жълтеница, тъй като злъчната секреция се поема от кръвта и обагря кожата и органите в жълто.

„Според храната, която употребяват, хората се делят на вегетарианци и месоядци. Има вегетарианци от рождение, но има и вегетарианци които употребяват растителна храна от

10-20 години насам. Като говорим за вегетарианците и ги сравним с месоядците, ние имаме предвид първата категория.“ [23]

За значението на храната при поддържане на здравето ще говорим в раздела лечение. Но веднага трябва да отбележим, че месната храна е тази, която най-бързо се разлага и е най-тежка за храносмилане. Особено вредна е консервираната месна храна. Няма да говорим за морално-етичната страна на въпроса. Начинът на хранене и употребяваните продукти се отразява върху моралния и духовен облик на човека.

„Храненето е един важен икономически въпрос, за решаването на който ръководителите на човечеството са мислили дълго време. След разрешаването му, хората ще започнат истински да творят.“ [24] Не трябва да разглеждаме храненето само като физически процес. То по принцип е универсално дело в Битието. Това е растеж и обновление, обогатяване на духовната същност. Хората могат да се хранят не само с органична материя, но с мисли, идеи и вяра.

„Като дойде храната до мозъка, ангелите я приемат оттам във вид на прана. И в тяхната храна минава през стомаха, дробовете и мозъка. Като стигне до мозъка им, възвишените същества от Божествения свят приемат тази фино преработена енергия и я прекарват от стомаха, в дробовете и от дробовете — в своя мозък. Ако смляната храна на човека не мине от физическия в духовния свят и от духовния в Божествения, тя не е завършила своя пълен кръговрат на движение.“ [43] Тази мисъл ни илюстрира единството на съществата в света. Даже храненето е взаимосвързано в различните йерархии и светове. Тази мисъл на Дънов ни илюстрира разумността на всички процеси в Битието. Храненето като универсално дело е всъщност процес на обновление, което започва от първичната органична клетка и стига до най-възвишени среди. В тази верига на йерархиите човекът заема в процеса на храненето-обновлението една преходна фаза: между органичния и духовния свят. Следователно от неговото хранене-обновление ще зависи храненето-обновлението на съществата от духовния свят.

2.6.4. Главата и лицето на човека

„Но все пак, ако търсите Бога на земята, ще го търсите в човешкото лице. Задачата на човека се заключава в това, да изправи своя образ, да му даде първоначалния вид.“ [24]

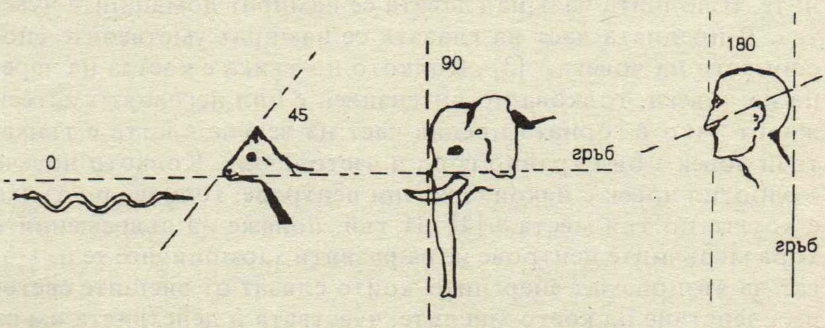
От изнесеното дотук се вижда, че физическата същност на човека отразява вътрешния духовен свят, дух, душа или, по-добре казано, тя отразява нашето минало, настояще и бъдеще. Сега трябва да обсъдим по-детайлно структурата на тялото, както от анатомична, така и от френологична гледна точка, за да видим какви духовни качества отразява тя. Разбира се, не говорим за вътрешната структура (органи и системи), а за външния вид на тялото, според който хората са много различни и никой индивид не се повтаря сред милиардното население на земята. Съответно на вътрешната структурна индивидуалност човек носи и вътрешна духовна индивидуалност. Значи, трябва да има известно съответствие между това, което виждаме отвън, и това, което се съдържа вътре в човешкия духовен свят. Но защо е тази чудновата индивидуалност?

Както вече споменахме в началото, човешкият дух се е отделил от първоизточника на света в определен миг на Битието. Всеки е започнал своя индивидуален живот в този момент, когато се е отделил от Първопричината Бог, т.е. в определен миг на вселенния ритъм. Затова той носи белезите и влиянието на макрокосмоса от момента на своето духовно раждане и външно и вътрешно е индивидуален съобразно състоянието на макрокосмоса в момента на зараждането на индивида. В този раздел ще анализираме характерните особености на човешката същност, отразени в неговата външна физическа структура.

Защо трябва да виждаме в лицето на човека Бога? Защото човек като най-висшата еволюционна форма на Битието носи белезите на всеобхватната проява на Бога в сферата на физическия свят. А лицето му не се среща в никоя друга форма на живот на земята. То е най характерното, най-специфичното, най-индивидуалното, в него намираме миналото, настоящето и бъдещето в еволюционното развитие на човека. За-

това Дънов казва:"Лицето е израз на човешката душа." [202] „Лицето на човека е книга, която трябва да бъде отворена, да се чете по нея." [115] „В какво седи красотата на човека? В неговото лице. То пък е израз на човешкия ум. Всичко, което човек преживява, се отразява на лицето." [76] „Красивото лице е това, което при всички условия на живот запазва своите основни черти: дали е скръбен или радостен, сериозен или весел, основните черти на красивия човек остават едни и същи." [1] „Челото, носът и брадата трябва да съставят по една трета от цялото лице. При това формата на лицето не трябва да бъде съвсем кръгла, а малко крушообразна, заострена." [1] „Не може човек да бъде добър, ако няма хубаво ухо; не може да бъде умен, ако няма хубав нос; не може да бъде любещ, ако няма хубави уста; не може да бъде истинолюбив, ако няма хубави очи." [135] „Аз ще кажа, че човек е най-сложната математическа формула в света. Ето защо според мен очите, ушите, брадата, веждите на човека представляват и геометрически формули." [3] Ако бихме могли да разчитаме тези формули, бихме могли да узнаем много както за себе си, така и за другите.

Нега разгледаме развитието на човешката глава по пътя на еволюцията. „Разликата между човека и животните е тази, че животните нямат голям нос, нямат брада и чело. Челото им е слабо развито. У тях е силно развит обективният ум. Те притежават наблюдателност, но нямат философска мисъл, не могат да разсъждават, но имат интуиция." [63]



„Ако разгледаме сравнителната зоология, виждаме, че колкото повече линията на челото ляга към гърба, т.е. наклонява се, интелигентността се губи. Това виждаме особено ясно в змията. Тя е много жестока. Започне ли ъгълът на челото да се увеличава (спрямо плоскостта на гърба), имаме начало на интелигентност. При кучето ъгълът е равен на 45 градуса, при слона — на 90 градуса, а у човека — на 180 градуса. Челото му е изправено (успоредно на гърба).“ [44] Това отклонение на челото се е наложило заради нарастване на главния мозък в черепа. Успоредно с това става изправянето на тялото и походката на два крака.

„Когато центърът на тежестта на мозъка започва да се мести при животните напред, заедно с него и животните започват да се изправят. Този процес се извършва постепенно, докато се стига най-после до човека. Значи ъгълът на отклонението се е увеличил от 45 градуса (при кучето), станал е на 90 градуса (при слона) и от 90 градуса е стигнал до 180 градуса, както е при човека. Значи лицето на човека се е обърнало (откъм гърба, както е при змията) отзад — напред под ъгъл 180 градуса.“ [4] Това изправяне на челото, т.е. извъртане отзад — напред към коремната и гръдна плоскост, е принудило човека да тръгне на два крака, за да може да гледа пред себе си, когато се движи. Ако останеше да ходи на четири крака, лицето и погледът му щяха да бъдат обърнати надолу, към земята. С това изправяне главата у човека заема най-високото положение спрямо тялото.

„Ако горната част на главата е добре развита, това показва, че моралните чувства в човека са развити повече от личните. В долната част на главата се намират домашните чувства. В предната част на главата се намират умствените способности на човека.“ [3] „Колкото по-тънка е костта на черепа на човека, толкова по-интензивен е бил неговият умствен живот. Ако в горната предна част на черепа костта е тънка, този човек е бил крайно горд и честолюбив. Колкото повече е работил човек с някои мозъчни центрове, толкова по-тънка е костта по тия места.“ [4] „И тъй, понеже на съвременните хора мозъчните центрове не са развити хармонично, те не могат да възприемат енергиите, които слизат от висшите светове, следствие на което мислите, чувствата и действията им са

неправилни. Когато моралните чувства се развиват добре, главата на човека расте нагоре и приема красива форма във форма на кубе. Когато физическите чувства, например чувството за самозапазване, се развиват много, главата расте на широчина. Когато обществените чувства се развиват прекомерно, главата расте отзад." [4] „У съвременните хора найсилно са развити личните чувства, които се намират в задната част на главата, където всякаква култура отсъства. При християнските народи личните интереси и убеждения доминират над религиозното верую, вследствие на което остават непримирими." [4] Главният мозък като генератор на елекромагнетични енергии е поляризиран, т.е. двете половини имат различен знак.

„Ако при излизане от дома си тръгнеш с левия крак, ще имаш едно постижение; ако тръгнеш с десния, ще имаш друго постижение. Дясната страна на човешката глава е отрицателна, лявата — положителна. С други думи казано: дясната страна на мозъка е пасивна, потенциална, а лявата е активна, в действие. Затова дясното полукълбо изправя грешките на лявото." [154]

„В средата на лицето стои единицата, човешкият нос. За да осмислим единицата, отгоре ѝ туряме две — веждите. Това показва, че в самата единица има две течения. Те съществуват в самия организъм на човека. Двете му половини представляват две течения. В лявата страна имате минус и плюс, а в дясната имате плюс и минус. Изобщо теченията в лявата страна на главата у човека показват, че той е свързан със слънцето." [9] „Човек има около 50 центъра на главата, които трябва да се развиват." [23]

„Къде е мястото на милосърдието? Чувството на милосърдието е там, дето е и религиозното чувство на човека, а именно — в горната част на главата." [18]

„Главата на месоядците в сравнение с тази на вегетарианците е по-широка, а тази на вегетарианците — по-дълга и потясна." [23] Най-опасното място в човешката глава е мястото на личните чувства. Те се намират в задната част на главата~~, дето се намира центърът на милосърдието~~. За да се справи с личните си чувства, човек трябва да отправи енергиите си към горната част на главата, дето се намира центърът на

милосърдието. Тук близо се намират два други центъра — на вярата и на надеждата, дето се сменят низшите енергии с висшите.“ [151] „Засега слънцето на човешкия живот се намира в главата, дето работи съзнанието. Дробовете нямат такова съзнание както мозъкът. Лицето пък представлява посоката, към която човек се движи.“ [24] „Ако главата на човека отзад е плоска, той е скитник в живота.“ [24]

„Не е лошо да се индивидуализира човек, но това индивидуализиране не трябва да стигне до своите крайни предели. Как познавате, че някой е силно индивидуализиран? Френологично такъв човек се отличава със силно изпъкнало чело и с дебели вежди.“ [74]

„Съвременните физиогномисти твърдят, че най-лесно стават промени в черепа на човека. Той може да претърпи някакво изменение в черепа си дори само за три месеца. Това зависи от интензивността на мисълта. Колкото по-интензивна е тя, толкова повече изтънява неговият череп. Следователно, колкото по-разработен е мозъкът на човека, толкова и костта на черепа му ще бъде по-тънка.“ [76] „Ако главата на човека е по-широка, отколкото дълга, той има либерален характер.“ [112] „Френолозите измерват горната част на главата, после измерват челото и от големината на ъглите, които се образуват от носа до ухото и нагоре към главата, съдят за интелигентността. Колкото по-голям е ъгълът, толкова и човек е по-интелигентен.“ [123] Това всъщност е ъгълът на Кампер, за който Дънов казва още: „Големият нос показва интелигентност. Тя зависи не само от големината на носа, но и от съотношението между носа и челото, а именно, дали челото е право, или малко вдлъбнато. Вторият начин за измерване на интелигентността е според ъгъла на Кампер. Кампер спуска един отвес от челото до брадата и друга линия, която минава от средата на ухото до долната част на носа. Този ъгъл, който се образува между двете линии, в хората от бялата раса е равен на 80 градуса, в хората от жълтата раса — на 75 градуса, а у малайците е 63 градуса. У по-интелигентните хора този ъгъл се увеличава.“ [63] „За нас е важно, че всяка мисъл има отношение върху предната част на челото, а всяка морална мисъл въздейства върху горната част на главата. Семейните чувства пък влияят върху задната част на че-

репа. Когато се разгневите, тия самосъхранителни чувства и емоции повлияват върху разширението на черепа към ушите. Следователно моралните чувства повдигат главата нагоре, умствените способности я разширяват отпред, домашните способности — отзад, самосъхранителните я разширяват на широчина, а личните образуват една малка кривина отзад." [63] „От чисто френологично гледище темето на хората не е еднакво. У някои хора горната част на главата, темето, е широко, у други — темето отзад е малко, огънато и тясно. Като прекарате хоризонтална линия, успоредна на устата, лесно ще определите широчината и формата на теменната област на главата, дето се намира центърът на съвестта. Колкото по-обемист е той и линията е по̀-дълга, толкова и съвестта на човека е по-добре развита. Следователно има една максима, която определя отношенията на всички органи при размер на главата 55 см околовръст и диаметър 15 или 18 см." [83]

„Черепът на високо моралните хора е правилно оформен, следствие на това те не притежават такива противоречия, които създават внезапни промени в живота им, както това става с хора, на които моралните чувства са слабо развити. Костта на черепа у гениалните и справедливите хора е много тънка, а на грешните е доста дебела." [85] Ние споменахме, че дебелината на черепната покривка е в зависимост от активността на мозъчната повърхност, т.е. от неговите центрове. Когато мозъчната тъкан е в активност, тя е по-добре кръвоснабдена и упражнява натиск върху черепната стена. Тук тя постепенно изтънява. Тази зависимост между мозъчната активност и черепа ние наблюдаваме при деца слабоумни, т. е. при микроцефални деца.

За какво говори лицето на човека?

„Лицето на човека не е нищо друго, освен сбор от числа и геометрични фигури, които показват неговото минало. Колкото по-правилни са линиите на лицето, толкова по-правилен и добър е бил животът му в миналото." [44] „От носа надолу е нашето минало. Носът е нашето настояще, а от носа нагоре — нашето бъдеще " — казва Дънов през 1942 г. От носа на-

долу, това е най-съществената част при животните. Това е устата. Носът е израз на мисълта, която ни отличава от животните, затова е нашето настояще. А от носа нагоре — висшите и морални прояви у човека (вяра, милосърдие, фантазия, философия и др.). Те не са достигнали своя апогей на изява, поради което са нашето бъдеще. „Когато низшите чувства вземат надмощие над мислите на човека, долната част на лицето му огрубява, разширява се; ако в него преобладават висшите мисли и чувства, тогава горната част на лицето му се стеснява и става по-нежна." [3] Следователно: „Интелигентността и дейността на волята на човека са изписани на лицето. Ако искате да знаете как действат мозъкът, дробовете и стомахът на човека, ще научите пак по лицето. За мозъка ще съдите по челото, за дробовете — по носа, за стомаха — по бузите, а за волята — по брадата." [61] „Тясното лице с дълъг нос означава добра мисъл, но слаба устойчивост. Широкото лице с къс нос е консерватизъм." „Красивото лице подсказва още за вътрешна дълбочина, голяма чувствителност и благородство на душата. В него трябва да преобладават кривите, а не правите линии. Правите линии показват, че в даден човек господства електричеството; кривите линии показват, че в даден човек доминира магнетизмът" [1] „Ако от средата на ухото (ушния канал) прекараме радиуси към предната част на главата, по дължината на тези радиуси ще определим каква е любовта на човека. Ако радиусът „ОА" е по-голям от другите радиуси, тогава преобладава човешката любов; ако радиусът „ОВ" е по-голям, преобладава ангелската любов;ако радиусът „ОС" е по-голям от останалите, преобладава Божествената любов. Ъгълът между радиусите „ОА" и „ОБ" (около 30 градуса) определя интелигентността на човека.

Отначало центърът на тежестта на мозъка е била отзад някъде, но при постепенното развитие центърът се е изместил в предната част на мозъка. Затова именно челото на човека е право,а на животните — наклонено." [3] Ние показахме със скици как челото на човека се е обърнало със 180 градуса напред, спрямо равнината на гърба.

„Широтата на човека ще установите по неговото тяло. Носът на човека показва неговата интелигентност и разумност. По устата се съди за неговата любов: човешка, ангелска или

Божествена. Ушите показват разумността. Изобщо човек се познава по формите на своето чело, на своите уши, очи, вежди, нос, уста." [190] „Очите имат отношение към истината, ушите — към мъдростта, а устата — към любовта." [155] „Ако разгледате линията на лицето (в профил) от брадата до челото, тя прилича на стъпала. Първото стъпало е устата, второто — носът, третото — челото. Значи в живота човек се качва по един планински връх, който върви нагоре и все нагоре." [6]



„Първото стъпало е особено добре развито и овладяно от животинското царство. Храненето е най-насъщната грижа при животните, т.е. изключително влечения в сферата на физическата любов. Второто стъпало — носът е характерен за хората, той отразява интелигентността, която отличава човека от животните, а третото стъпало — челото, е израз на моралните и духовните същности на човека, явно че не е напълно овладяно от мнозинството." „Старите гърци са определяли, че дължината на лицето трябва да съставлява 1/10 от целия ръст на човека. Челото трябва да е 1/3 от лицето." [6] „Хората с тесни лица са устойчиви, а тия с много широки лица са консерва-

тивни, не са прогресивни.“ [7] „Ако скулите, изпъкналостта под очите, са много издадени, както при китайците, тогава бузите хлътват навътре. Тази част на бузите е свързана със стомашната система.“ [7] „От носа надолу, долната част на лицето изразява волевия човек. Носът представлява духовния човек. От челото на човека съдим за неговия умствен калибър. Долната част, брадата, показва как е развита волята. В един морален тип, като се раздели лицето на три части — чело, нос и брада, те трябва да бъдат еднакви.“ [7] „Интелигентността на човека не се определя от дължината на носа, а от дължината на перпендикуляра, спуснат от челото надолу.“ [11] Тази мярка като че ли е по-точна, тъй като при силно наклонено назад чело и дълъг нос този перпендикуляр ще е значително по-къс отколкото при човек с изправено чело.



„Широчината на носа пък специално изразява сърцето. От тази широчина се определя дишането. Ябълките на лицето са във връзка със стомаха. Когато ябълките са много изпъкнали, стомахът на човека се намира в неестествено състояние.“ [76] „Ако искате да знаете какви промени са станали в мозъка ви, ще се обърнете към лицето си. Изучавайте лицето си, както астрономът изучава небето.“ [19] „И тъй, лице, което има форма на конус с върха надолу, показва човек с добър, с подвижен ум. Когато лицето взема положение на конус с върха нагоре, това показва животинското състояние.“ [19] „Човек не трябва да има гуша, не трябва да има слаб стомах и мускулите на лицето

му да са хлътнали. Лицето е израз на човешката душа.“ [19] „Мускулите на лицето трябва да са пластични. да изразяват най-малките прояви на вътрешния, душевен живот на човека.“ [19] „Колкото повече мускулите на лицето се издават, а бузите хлътват навътре, толкова по-слаба е стомашната система на човека. Когато стомашната система е слаба, човек се поддава на песимистични състояния.“ [19] „Изобщо всяко нещо, което човек възприема от външния или от психичния свят, се отразява върху лицето му.“ [24] „Отрицателните мисли и чувства, както и страданията съкращават мускулите и внасят дисхармония в лицето. Положителните мисли, чувства и радости предават нещо красиво на човешкото лице — мускулите приемат своето естествено положение.“ [24]

Намръщеното чело, острият поглед, свитите устни явно говорят за нервно напрежение, примесено с недоволство, гняв, омраза. Увисналите ъгли на устните, отпуснатите вежди и неясният поглед говорят за песимизъм и отчаяние.

„Хората с валчести лица не са активни, те са примирителни, дипломати — били те мъже или жени. Валчестите лица са присъщи повече на жените.“ [30]

„Отличително качество на бялата раса е челото; на жълтата — скулите на лицето, които му придават широчина; на черната — устните.“ [72]

„Устата определя работата на чувствата, брадата — работата на волята. Интензивността и благородството на чувствата се определят от разстоянието под носа до средната линия на устата. Колкото по-голямо е това разстояние, толкова по-благородни и интензивни са чувствата. Колкото по-дълъг е носът, толкова по-добре е развит умът. Обикновено хората с дълги носове не са много практични. Човек с къс нос е практичен.“ [49]

„Като изучаваме човешкото лице, ще вземете под внимание три мерки: от средата на веждите, по права линия, до върха на носа. Тази мярка определя мисълта. Втората мярка: под носа до средната линия на устата. Тя определя чувствата. Третата мярка: от устата до края на брадата. Тя определя интензивността на волята. Някой взема само една мярка и вади заключение. Не, ще вземете и трите мерки, които взаимно се допълват.“ [49] „Вижте онези хора, които

имат длъгнести лица, очи черни, живи, не са ли активни? Черният дроб в тях има преимущество. Той е развит като динамична сила. Вземете онези хора, които имат валчести като месечина лица, в тях стомахът е развит, те обичат да си похапват, да си попийват, а като ядат, от тях по-добри хора няма. Има и други хора, които не са интелектуалци, те се занимават с отвлечени въпроси и затова тяхното лице се различава."(За тях Дънов казва, че са с крушовидно лице, заострено към брадата). [59]

„Лицето е една написана книга, по която ние трябва да проследим тоя дълъг път на нашето битие. Горната част на окото показва инволюция, слизане на духа в материята. (Всъщност се касае за ръба на горния клепач, който представлява хипербола, обърната нагоре). Долната хипербола, т.е. долният клепач на окото, показва еволюцията, изкачването на духа. По долния клепач се определя пътят, по който има да минем. Инволюцията и еволюцията правят пресичане, при което образуват човекът. Човек се намира между слизането и изкачването на духа.“ [63] Защо при пресичането на инволюцията и еволюцията се образува човека? Знаем, че инволюцията е слизането и изявяването на духа чрез поредица от последователни форми в сферата на физическия свят. Чрез нея можем да проследим последователността на формите от най-висшата до най-низшата. И обратно, при еволюцията имаме процеса на възкачването, т.е. възвръщане към висшето начало, като се започне от най-низшата форма и се стигне до най-съвършената такава. Тогава къде е мястото на човека? Той не е нито в средата на най-висшите, нито в най-низшата среда на изявата на духа. Бил е вече долу и сега, в процеса на своята еволюция, се стреми към съвършенство — сливане с Първопричината. От това следва, че човекът не е постигнал своето съвършенство, той се намира по пътя на своето възкачване. Затова той е между слизането и възкачването, между инволюцията и еволюцията.

„Ако устните на човека са по-дебели, от него изтича повече материя; ако устните са по-тънки — по-малко. Устните, веждите, носът, очите, ушите на човека представляват известни символи, които той трябва да изучава и да разбира.“ [73] „Ако наблюдавате двете очи на човека, ще намерите известна

разлика. Едното око е меко, спокойно, има изглед на красива, доволна мома. То представлява мекия, женския принцип в човека. Другото око представлява мъжкия принцип. Същата разлика наблюдаваме и в ушите — едното ухо е мъжко, другото — женско. Едната страна на лицето е мъжка, а другата — женска. В това отношение той е двойно същество.“ [77]

Поляризационният принцип, който е универсален в света, не може да не засегне и човешкото същество. Всичко във Вселената и живота е поляризирано: от най-малките частици на материята до най-мощните сили на природата. Положителното и отрицателното, слабото и силното, горното и долното, високото и низкото са състояния, които засягат и човека. Мъжкият и женският принцип съществуват във всеки от нас, независимо от кой пол сме. Това засяга конструкцията и енергиите на неговия организъм. В конструкцията на тялото съществува поляризация особено в двойните органи и части на лявата и дясната половина.

„По линията на носа аз познавам какъв е вашият ум. Всяка линия има известна стойност. От значение е дали е дълга един, два или повече сантиметра. Като погледна човека в устата, виждам възможностите и желанията, които се крият в него. Една уста е разкривена, друга — права, гладка. Това са все възможности, скрити в човека. По широчината на носа съдя за чувствата. За ушите пък гледам, дали са кръгли или малко елипсовидни. Гледам на какво разстояние са поставени очите едно от друго. Важно е накъде е отправен погледът — нагоре или надолу.“ [132]

Неизчерпаеми са белезите и формите у човека, по които може да се съди и тълкува неговото развитие, състояние и интелект. Изисква се дълго проучване и анализиране, за да се разгадаят тези символи, както казва Дънов.

„Лицето на интелигентния е конусообразно, но не много заострено. Ако лицето е много тесен конус, човек придобива някои лоши черти в характера си.“ [212]

Трябва да напомним, че човекът, като комплексно същество, притайва в себе си всички възможни сили и енергии на макрокосмоса и своята индивидуалност като дух, не може да се характеризира само с един орган, част от тялото или върху няколко органа или части на лицето.

„И очите могат да оправят носа. В известен случай и устата може да помогне на носа. Обаче ако носът, ушите, устата и очите не са правилни, изправянето им може да стане в друг живот.“ [135]

„Ако устните на човека са много тънки, това показва, че не е минал още през школата на Венера. Освен устните, Венера изработва и кривините на човешкия нос. Сплесканият нос показва, че дихателната система на човека е слабо развита. Широкият нос показва добре развита дихателна и кръвоносна система. Когато Луната даде на човека свидетелство за завършен курс, тя пише на челото му. Челото на този човек е широко с красива линия.“ [146]

„Не, умът не се определя само от дължината на носа. Носът има известни възвишения, известна широчина, дебелина, които също трябва да се вземат предвид, когато се определя интелигентността на човека, тя е написана на много места по човешкото лице, но трябва да разбираме написаното.“ [120] „Представете си един човек с широко чело, което показва голямо въображение. Като се спрете върху очите му, мислите за съзнанието. Очите показват будността на съзнанието.Носът представя корените му, а устата е източник, откъдето то черпи сили. Ушите са вентилатор на съзнанието.“ [82]

Как да изтълкуваме тази взаимовръзка, дадена от Дънов? Явно, че очите като прозорец на душата ще отразяват будността на съзнанието, на душата. Носът от своя страна като изразител на интелигентността и ума подсказва каква стабилност има нашето съзнание. Устата с устните са израз на чувствения свят и доставчик на енергии и сили за градеж. Следователно устата подава на съзнанието опит от физическия свят. Ушите като изразител на духовния ръст подсказват дали човек може сам да „вентилира“ (пречиства) съзнанието си, за да го предпази от външни замърсители.

„Ако на лицето на човека има повече сенки, това показва, че той се намира в голямо затруднение. Изобщо, ако фонът на човешкия образ е тъмен, това говори за неблагоприятните условия, при които живее. И наистина, когато човек прекара безсънни нощи,около очите му се явяват сенки.“ [1] „Когато наблюдавате хората, виждате, че всеки човек има специфичен цвят на лицето: жълт, бял, тъмен, почти червен. Цве-

тът на лицето определя мисълта. Черният цвят е земен и показва, че този човек е свързан със земята. Когато честолюбието и тщеславието вземат надмощие, лицето пожълтява. Посиняването показва, че кръвта е нечиста. Ако е така, устните и лицето на човека посиняват.“ [45] Посиняването на лицето, устните и ноктите показва лоша сърдечна дейност, със застойни явления в кръвообращението. В такива случаи се наблюдават и отоци по шията и лицето, както и по долните крайници. Ако ноктите имат хубаво изразени бели полудъгови белези в основата, това е израз на добро кръвообращение.

„Като изучавате цвета на лицето на красивия човек, ще забележите три характерни цвята: бяло-розов, белезникав и слабо, едва забележимо жълт. Първият цвят е в света на чувствата; вторият — че живее повече в мисълта, а третият е излязъл от двата свята и се занимава с възвишеното и великото.“ [23]

„Лицата на бъдещите хора ще са продълговати, а не като месечина. Познаваме пет типа хора: единият е Луната. Това са сангвиниците с валчесто лице, със сини очи, тънки вежди, пълнички, весели, жизнени, обичат да си похапват. Вторият тип е с продълговато лице, мускулести, енергични, със сключени вежди. Косите са черни, остри, ръцете — мускулести; стъпват твърдо, енергично като военни. Третият тип има крушообразно лице, хубаво чело, кестеняви коси, тънък косъм. Те са нежни, деликатни, поетични, живеят във висок свят. За тях казват, че не са на земята. Четвъртият тип са флегматиците, пълни, с дебели устни, широк нос. Ходят с отпуснати ръце. За тях казват: светът да изгори, те не искат да знаят. Петият тип са идеалните хора с жив, миловиден поглед. Те са живи, подвижни, вдъхват доверие.Ако те срещне такъв човек, той внася спокойствие и мир в душата ти. Те са готови да услужат на всеки страдащ.“ [61]

Дотук описахме и охарактеризирахме общия вид на главата и лицето и много или малко обяснихме отделните части и органи като символи. Но повече засегнахме взаимовръзките между частите на лицето. Заслужава да се спрем по-конкретно върху особеното значение на челото, веждите, очите, устата, ушите, брадата, косата. Въпреки че ще има известно повторение, все пак ще се обогатим с нови данни за особеностите на тези лицеви части.

2.6.5. Челото на човека

„Челото трябва да бъде най-малко четири сантиметра високо, за да може човек да мисли.“ [1]

Зад челото, в черепа, лежат предните части на двете полукълба на главния мозък на човека. То е най-характерно за човешкото лице и отразява мисълта, въображението и философските дарби. Затова неговата височина, широчина, форма и наклон са от съществено значение за опознаване на духовните качества на човека.

„Всички онези от вас, които имат ниски чела, не са за философска деятелност, те не са за умствен труд; те са за практическа работа, в сегашния живот ще приготовляват условия за бъдещия живот. Вследствие на това, ония, челата на които са ниски, а мислят, че имат ум, се лъжат; те имат ум, но в астралния свят, а на физическия свят нямат условия да се проявят.“ [177] „Тия хора, на челата на които има прави, хоризонтални линии, са трезви, мислещи хора. Те са умни хора, но не са практични и бързи.“ „За да бъде ясновидец, човек трябва да има широко чело; въображението в него трябва да бъде добре развито.“ [2] „Колкото по-наблюдателен е човек, толкова по-силно е развита у него долната част на челото, над веждите. У философа пък, който се занимава повече с отвлечена мисъл, с тъй наречената метафизика, горната част на челото е повече развита от долната.“ [3] При развитието на долната част на челото се образува издатина над самите вежди. Тя закрива една празнина на черепната стена,т.н. фронтален синус. Когато тази издатина над синуса е силно развита, челото над веждите изглежда изпъкнало. За такива хора Дънов казва, че са наблюдателни и прозорливи в ежедневните си практични работи. При философите челото е изпъкнало повече в горните си части, непосредствено под границата на косата, а в долните, над веждите, е нормално. „Мястото на музикалния център у човека е на челото, отстрани на веждите. Човек, у когото музикалното чувство е силно развито, на това място има ръб. Челото може да се раздели на три части (области): горната част е свързана с Божествения свят; средната е свързана с ангелския —

там е литературата, поезията, изкуството; долната част — с физическия свят, със света на фактите, на математическата наука. В основата на носа, горе, се намира центърът на формите; до този център се намират други центрове: на величината, на тежестта, на реда, на чистотата, на математиката. Те са в предната долна част на челото." [154] „По линията над веждите на челото, според съвременните френолози, се намират всички наблюдателни способности. Като разглеждате един предмет, първо определяте неговата форма, после големината, неговата тежест, какво място заема в пространството и т.н. У всички хора, които се занимават 20-30 години с естествени науки, долната част на челото, над веждите, се издава силно навън, а горната остава малко легнала назад. У философите пък се развива горната част на челото — разсъдъкът, сравнението, въображението, — центърът на принципността на нещата." [3]

„При жълтата раса челото долу е широко, а горе тясно, има форма подобна на трапец, а у бялата раса горната част на челото е малко издадена навън в сравнение с тази на жълтата раса и по-широка, почти правоъгълна" [3]

„На хора, у които е развит природният ум, предната част на челото понякога е вдлъбната, а някой път — издадена (става дума за средната част на челото). Такива хора са много паметливи, те могат да са добри историци — хубаво помнят събитията и датите. Ако се раздели челото на три части, долната представлява естественият ум; средната — природният ум, а горната — разумът. Хората, на които челото е вдлъбнато в средата, спадат към категорията на отрицателните типове — във възходяща степен на природният ум. В тях работи творческият ум." [16]

„За интелигентността на човека не се съди от целия мозък, а само от неговото чело или, по-право, от съответния център, който заема определено място в тази част на челото." [16]

Тук му е мястото да припомня, че Дънов след завръщането си в България се е занимавал почти 12 години с френология. Той е обикалял страната и е изучавал черепа на българите.

„Мъдростта се намира в предната част на главата, на самото чело на човека. Затова, именно, челото и всички него-

ви центрове трябва да се разработи правилно.“ [85] Под „разработване на челото“ трябва да разбираме умствените занимания на човека в различните отрасли на науката, философията, изкуството, естествените науки и мъдростта. Така ще се развият съответните мозъчни центрове, а като последица ще се оформи и челото. Казахме вече, че костта и формата на черепа е последица от съответната активност на мозъчната дейност.

„Хората, у които челото е вдлъбнато навътре, са като децата, те нямат външни наблюдения, но интуитивно, вътрешно схващат нещата.“ [97]

„Горната крива линия на челото наричам линия на въображението. Между веждите, при горната част на носа, се намират понякога една, две или три отвесни линии. Който има една линия, показва, че е крайно справедлив в дребните работи.“ [136] „Тия хора, които имат прави, хоризонтални линии, както в първия чертеж, са трезви, мислещи хора.“ [83]

Ето как челото разкрива нашите скрити дарби и възможности в областта на философията, математиката, природните и историческите науки и практическия живот. Същевременно пред нас се разкриват възможности още от рано да опознаем себе си, да насочим усилията си за доразвитие на това, което ни липсва и да подпомогнем съзнателно духовното си развитие.

2.6.6. Веждите

„Веждите представляват граница между духовния и умствения свят.“

Веждите са граница между челото и зоната на носа, а това ще рече, между духовните възможности и качествата на човека и интелектуалните, умствени заложби.

„Веждите на човека също изразяват известна идея. Веждите на много хора са като клоните на младо дърво; на други пък са увиснали като клоните на старо дърво. По формата и направлението на веждите в човека се съди за силите, които са действали в него.“ [1] И сред народа често се говори за веждите като изразители на душевното състояние на човека.

Казва се:"Какво си намръщил вежди?" „Веждите показват интензивността на чувствата. Те могат да бъдат дъгообразни, прави и извити нагоре. Ако веждите са дъгообразни — в чувствата има повече мекота. Ако са прави, в чувствата има повече енергия и съобразителност, ако са извити нагоре, какво показват?" [9] Извити нагоре и дръпнати в страни и нагоре вежди наблюдаваме у жълтата раса: японци, китайци, малайзийци,монголци и др. Тези извивки като че ли показват повече индивидуалност, а донякъде и демоничност.

„Учените се различават по веждите. Като ги наблюдавате, вие можете да се произнесете дали известен учен е материалист, или идеалист. Линията на веждите у материалистите слиза надолу. Обаче всеки човек, на когото веждите са извити нагоре, е идеалист." [21] Веждите от физиологична гледна точка предпазват очите от запрашаване и замърсяване. Но те могат да предпазят окото и от прякото попадение на слънчева светлина. По този повод Дънов казва: „Веждите помагат за трансформиране и акумулиране на светлинната енергия. Когато много светлина прониква в очите, човек свива веждите си. По този начин, чрез веждите си, той задържа част от светлината." [21] „Според закона на съответствието, стане ли някаква промяна във веждите на човека, ще стане промяна в неговите клепачи, очи, даже и в неговите устни." [13] „Какви трябва да бъдат веждите на красивия човек? Нито много тънки, нито много дебели, но в никакъв случай сключени." [23] „Веждите на старите хора са наведени надолу; веждите на хората на средна възраст са като дъга, а тия на децата са прави, неоформени. Формата на веждите отговаря на развитието на човека." [73] „Тънките вежди възприемат пофини чувства, а дебелите — по-груби, т.е. чувствата от физическия характер. Хора с тънки вежди имат добре развита интуиция." [44] „В очите на човека трябва да се чете неговата интелигентност, да се вижда, че Бог говори чрез него. Като погледнете веждите му, трябва да съзнавате, че те представляват границата между Божествения и човешкия свят. Ако веждите на човека окапят, това показва, че неговата работа е свършена. Те са от голямо значение и показват отношението, което съществува между видимия и невидимия свят." [87] „Дебелите вежди говорят за голяма наблюдателност, но същев-

ременно те показват отсъствие на интуиция. Човек с дебели вежди трябва да мине през големи опитности, да вложи в ума си светли, възвишени мисли, за да разбере, че освен обективния, конкретния свят, съществува и друг, по-възвишен свят." [146] „Веждите трябва да бъдат толкова дълги, колкото е дълъг носът. Устата трябва да е толкова голяма, колкото са дълги веждите. Такава трябва да е и дължината на ушите. Това са мерки взети от природата." [147]

Динамиката на веждите, т.е. мимиката, която, изразяват е характерна. Смръщени вежди показват, както се знае, недоволство, лошо настроение, неприятни изживявания, болка и т.н. Увиснали встрани вежди наблюдаваме при хора с дълбока мъка и тъга. Повдигнати вежди и усмивка на уста говорят за добро настроение. Голяма злоба изразяват повдигнатите краища на веждите. Свити и повдигнати откъм носа вежди показват недоволство, несъгласие с нещо и т.н.

2.6.7. Очите на човека

„Очите на човека са прозорци на съзнанието." [7]

„Истината се изразява в човешкото лице, главно в очите." [19] „Днес няма по-съвършен орган от човешкото око." [49] „Очите на човека имат най-скорошен произход. Те представляват най-великото благо, дадено на хората, и носят на човека такова знание, което разкрива пред него целия космос." [138]

Заслужават ли такива суперлативни похвали очите? Едва ли някой ще се усъмни в тези оценки. Самият произход на очите, които са пряк издатък на мозъчната тъкан, показва тяхната задача да ни свържат с най-висшата енергийна форма на физическия свят, светлината. Тя е преходна фаза на енергийния свят — от физическия към невидимия. Окото по този начин ни разкрива красотата, формите, развоя, взаимовръзките, хармонията и същността на света. Очите осъществяват пряк контакт на мозъка ни с външния физически свят, тъй като са мозъчна тъкан, която при зародиша е пролабирала през черепните отвори (орбитите) и се е приспособила да възприема светлината.

„Защо при създаването на очите, природата си е послужила с кръга, а не с квадрата? Понеже окото гледа радиално, гледа на всички посоки. Действително то е създадено по образеца на слънчевата система." [18]

Като орган на главния мозък, окото има пряка връзка с всички мозъчни центрове, а чрез тях и с всички части на тялото. То има много сложен строеж и въпреки че знаем много за него, остава все още загадка.

„Аз казвам, че даже 1/1000 част от устройството на окото не е проучена. Първата функция на окото е да събира и разпръсква лъчите; събира ги отвън навътре, а вътре ги разпръсква. Христос не казва: „Ако очите ти са светли", а казва: „Ако окото ти е чисто". Оттук се вижда, че Той говори за едно око, което е вътре, в центъра на мозъка. То не е онова, което наричаме Пинелев възел. Аз го наричам „окото на душата". Христос използва думата „око" в единичен смисъл, като общ принцип, който включва в себе си всичко." [147]

Интересно е, че в старинните предания и архиви Бог е рисуван с едно око, разположено между веждите. Също там съществуват и се описват същества с едно око, тъй наречените циклопи. В гръцката митология се разказват приключенията на Одисей, който е трябвало да се пребори с един циклоп в пещерата. В старата индуска философия също така се споменава, че всевишният има едно око, с което вижда всичко. Дънов говори за едно око, което лежи в центъра на мозъка и не е пинеалната жлеза (гландула пинеалис). Функционално окото действа отвън навътре, събирателно, като събира светлината към двойноизпъкналата си леща, след това пък я разпръсква, но кръстосано, в обратен ред, върху чувствителните към светлината клетки на ретината. Така образите, които виждаме около себе си, се отразяват върху ретината обърнати. „Очите на човека представляват два кръга: лявото око представлява физическия свят, а дясното — духовния. Това е причината, поради която лъчът, който излиза от лявото око на човека, е насочен винаги към земята. Лъчът, който излиза от дясното око, е насочен нагоре." [3]

Още тук трябва да отбележим, че възприетите от очите образи не само са обърнати, но те се предават на мозъчните полушария кръстосано, т.е. лявото око предава образите си на

десния зрителен център, а дясното — на левия зрителен център в мозъчните полукълба. Това става защото зрителните нерви се кръстосват непосредствено зад очните ябълки, в така наречената „хиазма“ на зрителните нерви.

„Някои учени казват, че между веждите, т.е. в основата на носа, се намира малка празнина, която наричат „мълчаливия пост на духа“. [3] “Тук явно става дума за кухината сфеноидален синус, която лежи в тази зона и е под хипофизната жлеза. Тя е свързана с малък отвор с носната кухина и е част от околоносния кухинен лабиринт на черепа.

„Добре е да изучаваме окото не само от неговата външна, красива страна, но и неговите патологични прояви. По окото някои учени могат да прочетат целия живот на човека във физическо и духовно отношение. В него е написано цялото минало на човека, целият му живот. Не само това, в окото са дадени ред правила и рецепти, как да се лекуваме и как да се справяме с мъчнотиите в живота. По него се познава дали говорим истината, или не. Като лъже, човек гледа към земята. Когато отправя погледа си нагоре към небето, той всякога говори истината.“ [21]

Споменахме, че окото като първична мозъчна тъкан е свързано непосредствено с конструкцията и функцията на мозъка. Следствие на това то отразява състоянието на цялото тяло и на отделните му органи и системи. Това отражение намираме в структурата на ириса. Както първичната ембрионална клетка след оплождане се разделя на три основни пласта (ектодерма, мезодерма и ендодерма), така и ирисът има три зони в кръг около зеницата. Те отговарят на трите пласта на ембрионалната клетка и съдържат отражението на съответните органи и системи в тялото. Например от външния клетъчен пласт на първичната клетка произхождат органите на кожата, нервната система и сетивните органи, от средния пласт — кръвоносната система, белите дробове, черният дроб и други жлези на тялото, а от вътрешния клетъчен слой — храносмилателният тракт. Същото разположение на органите можем да намерим отразено по ирисовата диагностика, използвана нашироко в западноевропейските страни.

Структурата на ретината е сложна и същевременно още не е добре изучена във функционално отношение.

„Щом етерният двойник на човека има форма, това показва, че съществува астрална светлина, чрез която се възприемат формите и образите на телата или предметите, които с физическото ни зрение не се виждат. В човешкото око има една мрежица на ретината, чрез която се възприемат само образите от физическия свят. Зад ретината на окото има друга мрежица, която възприема образите от астралния свят. Тя вибрира на по-чувствителните вълни от астралната светлина. Зад астралната мрежица има друга мрежица, която възприема образи от умствения свят.“ [16]

Ретината анатомически и хистологически е изградена от 10 клетъчни пласта, които можем да разделим първо на две основни групи: нервно-епителен пласт клетки на ретината и мозъчен пласт клетки. Прави впечатление, че същинските зрителни клетки за физическата светлина (шишарковите и пръчковидните) се свързват в посока на зрителния нерв на окото чрез още два пласта нервни клетки, а именно: биполярните и мултиполярните ганглиеви клетки. Тази връзка се осъществява чрез невритите и дендритите на тези три пласта клетки. Тези нервни повлекла (неврити и дендрити) пронизват няколко пласта клетки от структурата на цялата ретинна дебелина: външен зърнест пласт, междинен пласт клетки, вътрешен зърнест пласт клетки, вътрешен молекулярен пласт, ганглиев пласт и нервно-фазов пласт. Ако шишарковите и пръчковидните клетки на ретината са чувствителни към видимата светлина на слънцето, възможно е биполярните нервни клетки да са чувствителни към астралната светлина, а мултиполапните — към менталната светлина. [257] Науката не познава още значението на този многопластов клетъчен строеж на ретината.

„Засега е проучена само външната част на окото. Има известни части от него, които още не са проучени. Ретината на окото има седем мрежици, функцията на които не е известна. Тези мрежици засега се намират в едно пасивно състояние, те трябва да се сложат в контакт със светлината, за да могат да функционират.“ [16]

„Казах ви в една от беседите си, че всяка форма е израз на една Божествена мисъл. В този смисъл окото е жива Божествена форма, в която е написано как са устроени целият

Космос, цялата Слънчева система, как е устроен животът. Окото на човека е създадено последно. То има най-висш произход.Следователно, който може да чете по него, той е учен човек. И всички по-видни ясновидци, всички адепти и учители на човечеството четат и се учат по окото." [83]

„Цветът на очите служи като диагноза за определяне на умственото състояние на човека, както и състоянието на неговия мозък. Очите са огледало на вътрешния ни живот. Ако погледът е остър, човек е събрал в себе си кинетична енергия и трябва да търси начин да се освободи от нея. Трябва да внесе в себе си елементи на мекота. Това се постига чрез внасяне в ума и сърцето на живи, светли образи и възвишени чувства." [82]

„И тъй, въпросът за произхода на сините и черните очи е от особено важен. Цветът на сините очи не зависи от синия цвят, но е интересен неговият произход. Какъв ще е цветът на очите на детето, това до голяма степен зависи от майката. Тя е художникът, който слага цветовете на детето си. Ако в бременността си майката харесва някои сини очи и постоянно мисли за тях, тя може да създаде такива очи на своето дете. Обаче в повечето случаи наследствеността е по-силна." [74] „Мнозина питат, какви ще бъдат очите на хората от шестата раса. Казвам: ако очите им са сини, те ще бъдат студени хора; ако очите им са черни, те ще бъдат горещи хора; ако очите им са кафяви, те ще бъдат хора с мек, благ характер; ако очите им са зеленикави, те ще бъдат хора с научни възрения." [76] „Всичко, което може да стане с човека, е написано в окото и ние можем да четем по него. Всички болезнени състояния се отразяват в очите на хората. Там стават известни пресичания на кръговете, от които правилните течения в очите се прекъсват." [107]

„Окото на човека може да се раздели на 12 кръга, които представляват дванадесетте зодиака в движение. Както слънчевите петна са причина за катастрофите и страданията на земята, така и петната на окото на човека са причина за ред болезнени състояния. В окото се появяват петна, мъглявости, които предсказват някаква болест, която може да настъпи след десет или дванадесет години." [116] „Преди години ми попадна една книга от един германски физиолог-анатомист,

който 20 години изучавал окото с всичките му потайности. По окото той познавал каква болест имал човек и на кое място. Също така по окото той можел да предсказва болестите, от които човек след време може да заболее. Всичко е написано в окото на човека: неговото минало, бъдеще и настояще." [84] Тук Дънов споменава за ирисовата диагностика, която в западните страни, а даже и в Русия, се използва и практикува от лекарите хомеопати, хипократи и природолечители.

„Всеки орган на човешкото тяло трябва да се развие. Очите също. Забелязано е, че в очите на ясновидците, около зеницата, стават особени промени, в тях се появява особена светлина. Тя иде от невидимия свят. Ако лъчите на тази светлина попаднат точно под ъгъл на човешкото зрение, той започва да вижда неща, които по-рано не е виждал. Светът се открива за него в нова светлина, в нов образ." [61]

„Когато наблюдавате човешките очи, ще видите, че от тях излиза един лъч, по посока на който може да определите човешкия характер. Точката „О" е зеницата, а правата линия „ОД" е полето на зрението. Лъчът, който излиза от окото, при различните хора има различна посока и направление. У някои хора той се намира над правата „ОД", а у други — под нея. Лъчът става перпендикулярен, т.е. върви в посоката на „ОА", когато човек се постави в магнетичен сън, и то в четвърта или пета степен. Тогава очите се обръщат със зеницата нагоре. От ъгъла, който този лъч образува, зависи моралната сила на човека. Докато този лъч е над правата „ОД", човек е добър в проявите на своя ум, сърце и воля. Когато лъчът е отправен нагоре, човек може да изпълни всичките си обещания." [83] Такова положение на зеницата, обърната нагоре има при дълбок сън на човек.

„Имайте предвид, че около очите има две течения: едното течение е от положително и отрицателно електричество, а другото — от положителен и отрицателен магнетизъм. Когато дясното око се развива, то е във връзка с лявото полукълбо на мозъка; когато лявото око се развива, то е във връзка с дясното полукълбо. Значи движенията на мозъка се прекръстосват." [7] Споменахме вече, че двата зрителни нерва, които изхождат от очите, се кръстосват вътре в черепа, непосредствено зад очните ябълки.

„У един морален тип лъчът, който излиза от окото, не трябва да бъде в хоризонтално положение, в плоскостта на зрението, а трябва да образува един малък наклон нагоре, да има възходяща посока.“ [7] „Ти трябва да видиш, какви са лъчите, които излизат от очите на оня човек, който те люби. Някой път от човешките очи излизат червени лъчи, друг път излизат портокалови, сини, жълти лъчи, случва се да излизат бели или даже черни. Тези лъчи, които излизат от човешките очи навън, из човешката душа, упражняват различни влияния.“ [39]

В поверията на народа често се твърди, че някои хора имат „лоши очи“, също така се говори, че някой може да омагьоса или да причини зло на друг човек, само като го погледне. В митологията също така се рисуват животни и зли хора, от чиито очи излизат огньове и светкавици. Едно е вярно, че според духовното състояние на човека,окото изразява в погледа мекота, острота, сила, опиянение и т.н. А някой човек със силен и стабилен характер и мисъл като гледа съсредоточено друг, чието съзнание не е будно, а мисълта му не е целенасочена, може да му повлияе и да внуши мисли, които не са присъщи на този човек. На основата на тази възможност се дължи хипнозата.

„Красиво нещо са човешките очи. Хубавото в тях е онзи лъч, който излиза от сърцето и минава през очите. Той се среща у малко хора и обикновено се появява, когато човек е в нормално състояние. Сега под думата „очи“ аз разбирам прозорци на човешкия дух.“ [87]

„Като изучавате човешкото око, през него може да се прекара една хоризонтална плоскост, над и под която минават лъчите, които излизат от окото. Ако те минават под плоскостта, човек се движи повече в материалния свят. Ако минават над нея, тогава човек е повече в духовния свят. Това са очите на мъдреца, окото на праведния.“ [135]

„Очите са едно от великите блага, дадени на човека. Те са свързани с душата. Чрез тях човек влиза във връзка с външния свят и се тонира, те регулират енергиите на неговия организъм. Когато очите възприемат правилно външната светлина, мозъкът на човека функционира правилно.“ [135] „Когато окото е присвито в очната ябълка, а погледът обострен

и с централен лъч под хоризонталата, устремен надолу, веждите леко сбръчкани, окото представя престъпник." [135] „Дясното око има отношение към ума, а лявото — към сърцето. Ако очите на човека са изпъкнали, това показва, че чувствата в него са добре развити. Ако са малки — умът е слабо развит." [135] „Когато окото е леко присвито, а централният лъч минава през хоризонталата, това око е на наблюдателен човек с живи представи за нещата." [135] „Ако очите са по-големи, с отворен поглед, централният лъч минава леко над хоризонталата, това са очи на мислещ човек с философски поглед към света." [135] „При поглед, леко прикрит под горната вежда, и лъч, отправен надолу, имаме око на човек с физическа любов." [135] „Благородството, чистотата и нежността придават мекота и яснота на очите. Ако пък в някой човек преобладават личните чувства, те придават на очите яснота, но тя е лишена от мек елемент. Тези очи са груби, неподвижни." [1] „Според физиогномистите, колкото очите са по-отдалечени от носа, толкова човек е по-наблюдателен; колкото са по-близо до носа, толкова по-малко неща му правят впечатление." [157] „Щом очите на човека са потънали много дълбоко, това показва, че сърцето се е изхабило." [8] Хлътване на очите с дълбоки сенки около тях се наблюдава при хора на нощните удоволствия, разврат, пиянство и безсъние.

„Как загрубяват във вас чувствата? Като възприемете една отрицателна мисъл или отрицателно чувство. След това очите ви почват да потъват, да се смаляват. И така почват да се явяват безобразни бръчки по лицето, като че ли е накълцано като напукана земя." [35] „Хора с различни едно от друго очи са типове, които приемат много светлина, но нямат време да я асимилират цялата. Те не запомнят всичко." [24] „Хората със сближени едно към друго очи са типове, които каквото видят и чуят го запомнят добре." „Ако очите на някой човек са малки и поставени близо до носа, това говори за слаба впечатлителност. Малките очи са признак на скъперничество. Големите очи — на разсипничество. С други думи казано: хора с малки очи са бедни; хора с големи очи са богати, затова могат да пилеят, да разсипват богатството си." [79,1] „Черните очи са израз на дълбочина в чувства-

та. Черните вежди са израз на сили и енергии. Тънките вежди — на мекота и чувствителност, нежност. Сините очи означават нещо идейно, възвишено, което съществува горе на небето.“ [55] „Ако погледнете човек с черни очи, те ще произведат у вас известна мисъл; кафявите очи — настроение. Хората със сини очи са хладни. Те са като небето, но хладно и студено. Тези хора не са земни. Преданието говори, че Христос е имал такива очи.“ [29,21] „Хората със сини очи са повече идейни, а тези с черни очи са повече на чувствата, те са по-тежки хора.“ [80] „Ако чувствата се изопачават, очите започват да потъват и да се вглъбяват навътре. Ако човек започне да огрубява, очите му започват да изпъкват. Изпъкналите очи показват някои добри черти. Такива хора са много разговорливи.“ [7] Силно изпъкнали ябълки на очите има при болни с нарушена функция на щитовидната жлеза. Това е заболяването на Базедов, симптоми за което, освен промяната в очите, са и уголемяването на ръцете и пръстите, на челюстта и устните. Тези хора стават много чувствителни, разговорливи и нетърпеливи.

„Човек свива веждите и очите си, когато преживява нещо силно — голямо нещастие или голяма изненада.“ [4] Който е роден през деня, когато слънцето грее силно, той има продълговати очи, немного отворени. Който е роден вечер, той е с големи, отворени очи. Хората, на които очите са силно отворени и изпъкнали са много груби. Тук става дума не за физическа грубост, а за нетактичност в относките с другите хора.

„Като изучавате очите на човека, ще дойдете до заключението, че колкото отворът им е по-голям, по-широк, толкова и способностите на човека да възприема всичко наоколо си са по-големи.“ [3] „Много отворените очи събират повече впечатления. Такъв човек не е свободен; той обича разнообразието като децата. Ако очите са малки, човек възприема малко впечатления, които оставят дълбоки следи в него. Човек с големи очи е много тщеславен, със средно големи очи — суетен, а с малки очи е хитър и лукав. Между големите и малките очи търсете средното, което ще ви спаси.“ [44]

„Музикант, който има изпъкнали очи свири, по-хубаво от този с хлътнали очи. Добрият човек има изпъкнали очи, раз-

бира се, не като на кукумявка. Очите на добрия човек са изпъкнали, пълни и приятни. В тях се чете доброта и мекота в характера." [135] „Когато човек губи силата си, очите му постепенно хлътват. Нервността и силните желания стопяват човека и очите му постепенно хлътват." [76, 136] „Когато лявото око на човека играе, то иска да му каже: ти трябва да облагородиш сърцето си. Не го ли облагородиш, в него ще растат само треви и бурени. Когато дясното око играе, то иска да каже на човека: твоят ум се нуждае от повече светлина. Ако не придобиеш повече светлина, мисълта ти ще се изопачи." [74] На повечето хора е известно, че когато клепачите на очите трептят мимо нашата воля, това е предзнаменование за някакво събитие или случка. Трептенето на клепача на лявото око е предчувствие за неприятност в чувствената сфера на човека, а на дясното око — очакване на събитие от физическия свят. Трептенето на клепачите всъщност отразява нервно състояние и интуитивно предчувствие на хората.

„Човек с черни очи има по-силни чувства, отколкото някой със сини очи. Той има характер, честен е. И като те обича, и като те мрази, той ще ти го каже право в лицето, без извъртане. Чернооките хора са енергични, подобно на чернозем. Човек с черни очи не може да те измами." [60]

„Колкото по-повърхностен е стремежът на вашето съзнание, толкова кръгът на окото е по-валчест. Обаче, колкото повече желанията и стремежите ви се диференцират, колкото повече се разклоняват и добиват известна насоченост, толкова повече окото става елипсовидно." [7] „Ако почнете да се привличате към света, т.е. ако външният свят ви влияе, ще се образуват отдолу (по долния клепач) малки линии. Ако направлението, към което се движите, е възходящо, ще се образуват (на горния клепач) линии отгоре." [7] „В натури, които имат по-благородни пориви и стремежи, природата е образувала друга вдлъбнатина (между очната ябълка и орбиталния ръб). В долната вдлъбнатина има повече и по-голям простор, а в горната — по-голяма дълбочина." [7] „Човек, който е весел, има отворени и изпъкнали очи. Ако е песимист и гледа с мрачен поглед на хората и живота, има хлътнали навътре очи." [7] „Човек никога не трябва да гледа към земята." [7] „Наблюдавайте очите си, техните знаци, при различни слу-

чаи, когато имате неразположение или колебание в настроението си, в чувства или в мисли, и вижте разликата между единия и другия случай.“ [7]

2.6.8. Носът на човека

„Човешкият нос е проекция на човешката мисъл; той е сгъстена светлина на мисълта ни от всички времена на нашето развитие.“

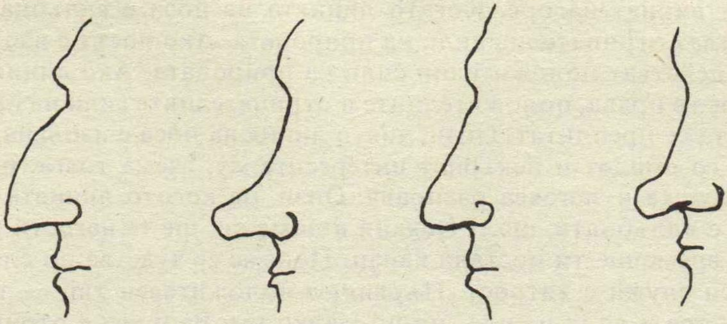
Носът е може би най-характерната част от лицето на човека, която го отличава коренно от животните. Той е израз на еволюционното развитие и заедно с челото са израз на мисловната дейност.

Носът лежи топографично на лицето между челото и устата, т.е. между духовния и физическия свят на човека, и за това Дънов го смята за връзка между два свята.

„Носът на човека е израз на неговата интелигентност, на неговия интелект. Страничните линии на носа представляват рамене на ъгъл (с върха нагоре, в основата му), а ширината му (при ноздрите) е големината на този ъгъл. Колкото ъгълът е по-малък, толкова интелектът на човека е по-силен и умът му е по-правилен. Колкото по-голям става този ъгъл, интелектът намалява, а природният, обективният ум се усилва. Колкото чувствата са по-силни у човека, толкова по-широк е носът му долу при ноздрите. Общо казано: дължината на носа е свързана с интелекта, а широчината — с чувствата на човека.“ [3]

„Носът на интелектуалеца е прав, нито сух, нито месест, с добре оформени ноздри и дълъг една трета от дължината на лицето.“ [11, 35] „Като норма за широчината на носа вземам 35 мм.“ „Ако носът ви расте на дължина, това означава, че му се придава известен умствен колорит, но ако се разширява, без да расте — връх взема чувственият характер. Ако един нос е дълъг 6 см, ширината му нормално трябва да бъде 35 мм.“ [6]

„Засега в тялото на човека, геометрически гледано, само носът е широк долу, а горе — тесен. Виждате значи, колко



малък е духовният човек в сравнение с физическия, или колко малък е носът в сравнение с цялото тяло на човека.“ [12]

Дънов разглежда тялото геометрически, като съчетание от триъгълници: главата с врата до раменете е триъгълник с връх към раменете; гръдният кош с раменете — триъгълник с връх към кръста; тазът и краката — триъгълник с връх към петите, а само носът е триъгълник, чийто връх е обърнат нагоре към веждите. Затова Учителя казва, че нашият умствен свят, отразен в носа, е малък в сравнение с цялота тяло, чиито триъгълници са насочени към земята.

„Носовете на учените хора си приличат, а на различните философи се различават по дължината и широчината — зависи какъв материал подреждат.“ [21] „Ако измерите широчината на човешкия нос, ще видите, че тя определя деятелността на човека в практическия живот. Ноздрите определят широчината. Има случаи, когато носът на някой човек е широк, а ноздрите тесни. Значи, колкото по-широки са ноздрите, толкова човек е по деятелен. Най-голямата широчина на носа достига 4 см. Всички учени имат широки носове. Философите имат тесен нос.“ [21] „Размерите на вашия нос ще определят обема на вашите чувства, дължината на брадата — силата на вашата воля, а височината на челото ви — качествата на ума.“ [21]

„При изучаването на носа виждате голямо разнообразие на линиите му. Някой нос е вдлъбнат, друг — изправен, тре-

ти — вирнат нагоре. Когато линията на носа е вдлъбната, действат отрицателни сили на природата. Ако носът е изпъкнал, действат положителни сили на природата. Ако линията на носа е права, положителните и отрицателните сили на природата се преплитат. Онзи, чиято линия на носа е изпъкнала, като го обидят и накърнят интересите му, взема тояга, нож или пушка и започва разправа. Онзи, на когото линията на носа е вдлъбната, ще те покани в дома си, ще те нагости и в това време ще ти постави капан. Понеже се чувства по-слаб, той си служи с хитрост. Първият е положителен тип — той има повече воля и сила, но по-малко ум. Вторият е отрицателен — физически слаб, но умът му е по-силен." [48]

„Защо в Писанието се казва, че Бог вдъхнал живот на човека чрез носа? Какво означава носът? Той е емблема на човешката разумност." [71] „Широчината на носа пък специално изразява сърцето. От тази широчина се определя дишането." [76] „Когато носът е прав, но на върха е леко вирнат, той е на човек, който е любопитен и се занимава само с новини, с казано-речено." [135] Такъв нос имат повечето жени, което говори за мекота и добър характер. Те не са индивидуалисти и лесно влизат в контакт и разбирателство с другите хора.

„Нос, който е увиснал малко надолу, говори за човек с песимистичен характер, нос, който е малко вирнат, говори за любопитство. Когато ноздрите са много отворени, човек е особено чувствителен към любовта. Когато носът при гърбавичката е широк, такъв човек има добри възприятия." [79]

„Колкото по-широк е носът и ноздрите отворени, толкова по-дълъг е животът на човека. Той приема повече въздух отколкото, ако носът е тесен и ноздрите сплеснати. Който има широк гръден кош, голяма дълбочина, той живее по-дълго на земята." [112]

Има статистически проучвания, при които се търси връзка между продължителността на живота и дълбокото, добро дишане, което наблюдаваме например при певците. Смята се, че хора, които пеят, а с това и дишат по-дълбоко, живеят по-дълго. Пълноценното дишане зависи, както казва Дънов, и от формата на носа и ноздрите. Но има и нещо друго, което не се вижда с око. Това са конхите в носната кухина и канал.

Във всеки канал има по три мидоподобни образувания — конхи, които са прикрепени към страничната му страна. Когато каналът е тесен, конхите може да го запълват и да затрудняват дишането. Същото се получава при хронични възпаления на носната лигавица. Междинната преграда, която разделя носната кухина на два канала, у повечето хора не е права, а изкривена наляво или надясно. Това изкривяване — девиацио, заедно с конхите запушва носния канал, човек се затруднява и диша всъщност само с едната половина на носа си. Конхите служат за затопляне на въздушния поток, който навлиза в дробовете. Те са богато кръвоснабдени и при някои деца лесно кървят и при най-малко притискане на носа.

Около носните канали лежат т.нар. кухини — синуси. Те дават колорит на говора ни и оформят гласа на певците. Двата максиларни синуса са свързани с носната кухина посредством каналчета, които лежат в костта на подочието, следват двата фронтални синуса в челната кост, непосредствено над веждите (за които вече говорихме), и трети е свеноидалният синус, който се намира в основата на черепа, над носоглътката.

„Френолозите казват, че дългият нос е признак на интелигентност, обаче не всякога това е определящо. От друга страна, френолозите твърдят, че ако носът е къс и широк, той показва известна деятелност в чувствата. Широчината може да се дължи на някакъв дефект на човека. Значи дължината на носа, която действително определя интелигентността, трябва да бъде точно определена, а не произволна мярка. Същото се отнася и за широчината. Освен това, когато се определя интелигентността и деятелността на чувствата у човека, трябва да се вземат предвид общата конструкция на носа, кожата му, мускулите и ред още обстоятелства.“ [115]

Има хора с мазна, надебелена кожа, със сочни и големи пори. Това са носове на индивиди с чувствен характер. При други кожата е суха, тънка, без мазни пори, костната конструкция прозира през кожата. Това са хора със сух интелект и мисъл, без чувственост. Има и междинни типове кожа.

„Ако носът е месест не само около ноздрите, но и по-нагоре, това е нос на човек у когото чувствата работят силно. Ако същевременно е увиснал с върха си, той е образ на песимист.“ [135] „Дългият нос крие в себе си повече възможности,

повече изходни пътища. Такъв човек само наблюдава и мери нещата. Това е един от добрите носове, но в него има нещо животинско. Когато не е така дълъг, но прав, го наричаме интелектуален нос. Каквато и форма да има носът, той е зависим от устата. Тя определя неговите възможности.“ [135]

Забележката на Дънов, че характерът и индивидуалността на човек не може да се определят само от един орган или белег, е много съществена. Възможностите, маркирани от човешкия нос, зависят и се определят от устата. Тъй като тя е орган на физическия свят и характеризира обвързаността на хората с него, то влиянието ѝ е по-силно в сравнение с другите части на лицето.

„От устройството на носа, от големината и широчината му зависи състоянието на белия дроб. Не само това, а и формата на носа отговаря на формата на белите дробове само, че в обратно положение.“ [126]

Дънов има предвид всъщност формата на гръдния кош с външни очертания, които са триъгълник с основа в раменете и връх към кръста, а носът е триъгълник, чиято основа е долу, при ноздрите. „Носът е барометър, топломер, който показва в какво състояние е вашият ум.“ [129]

Носът на човека не винаги лежи в средата на лицето, по средната линия на тялото. Той или е изкривен наляво, или надясно. Това се дължи на изкривяването (девиацио) на междинната преграда в носната кухина, за което вече споменахме. То трябва да се тълкува. „Ако вашият нос е изкривен наляво, причината е вашият ум. Ако носът ви се завърти надолу, причината за това е вашето физическо тяло, волята ви е изопачена.“ „Забележете, във всички меланхолични типове носът започва да се извива надолу.“ [7] „Ако носът на човека е много остър, в органическо отношение това е лош признак. Такива хора са много активни. Ако носът е тъп, това показва, че човек се намира под влиянието на симпатичната нервна система, той е повече пасивен, отколкото активен.“ [4] „Тънкият дълъг нос е на сприхави хора, те малко са работили, вдишват малко въздух и повече идеализират. Дебел нос — работил е повече и е поемал повече въздух.“ „Ноздрите на носа са граница между умствения и физическия свят.“

Общо казано, правият, тънък нос с незакривен връх и немного широки ноздри е положителен белег за характера на човека, в сравнение с дебелия, къс, широк и мазен нос.

2.6.9. Устата на човека

„Устата ни спасява от трудни положения в живота. Устата извършва няколко функции: първо, в нея влиза храната, като се сдъвква от зъбите; после през устата влиза въздух в дробовете и най-после тя говори, произнася се за всичко, което е опитала.“ [76]

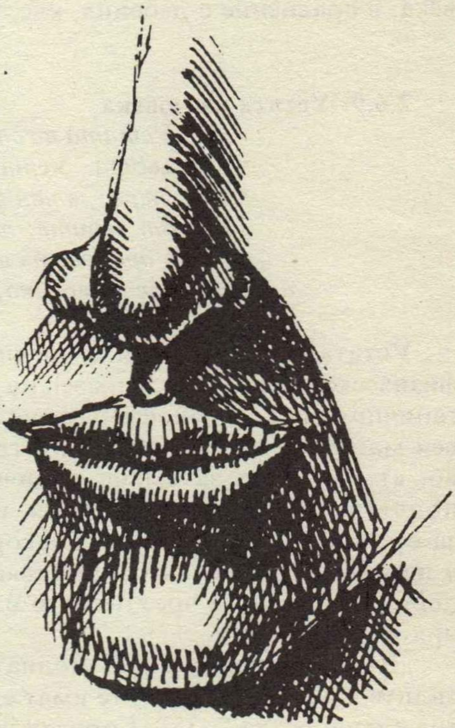
Устата, казва Дънов, е преди всичко представителка на физическия свят у нас, изразен на лицето. Тя ни свързва с органичния свят, от биосферата на земята, като набавя градивен материал за тялото. Тя ни тласка обаче и към лакомство, към чувство за имане, себичност, ненаситност, като ни подлъгва с вкуса си към храни, които не винаги са полезни за организма. Но тя има и благородни функции. Те са речта и пеенето. Чрез тях се осъществява контактът ни със себеподобните, а също и чрез пеенето изразяваме висши изживявания и въжделения.

„Какво нещо е устата? Долната устна означава любовта, силите, които съзиждат, те имат един произход, а горната устна е мъдростта.“ [38] „Горната устна със своите извивки показва активността на чувствата и мислите. Колкото повече линията се изправя, толкова повече човек слиза към материалния свят. Тогава устата образува права линия. Този човек бързо решава въпросите и бързо действа.“ [45] Добре оформената горна устна трябва да има лека трапчинка със седловидна извивка, която започва от средната преграда на ноздрите на носа. Устните не трябва да са много тънки, нито много дебели, леко сочни и добре оформени. Цепката на устните трябва да е хоризонтална или леко извита нагоре. Свитите и тънки устни са израз на слаба чувствителност и немного голяма доброжелателност.

„У някои хора горната устна е издадена напред. Това показва положителен, активен характер, който винаги е готов

да предприеме крачка напред. По горната устна се определя състоянието на ума. Колкото е по-правилна, по-добре оформена, толкова умът на този човек е по-добър.“ [113]

„Долната устна на някои хора е издадена напред, а горната — навътре. Това показва, че външните причини оказват влияние върху чувствата и са направили човека пасивен. Като негова противоположност се явява човек с издадена горна челюст. Той е крайно активен, с голяма инициативност. Умът му е добре развит.“ [23]



„Когато устните на човека са много тънки, това е признак на сухота; ако са дебели, показва, че има много влага в организма му.“ [23]

„Тънките устни показват потиснато, овладяно чувство.“ [23] „Когато са дебели, добре развити, човекът е с добре развит апетит и чувствителност. При тънките устни чувствителността е слабо развита. Следователно външните признаци или белези на човешкото лице показват с какво има да се справя човек в себе си и как трябва да работи, за да регулира силите на своя организъм.“ [3] „Ако вашите устни са тънки или дебели, вашият стомах ще се намира в едно или дру-

го състояние. Състоянието му може да се определи и по вашите бузи, дали те са вдлъбнати или изпъкнали." [37]

Вече много пъти напомняме, че такова психологическо тълкуване на конструкцията на тялото, на лицето и неговите части, на мимиката, на движенията на човека и т.н. е възможно, тъй като цялата физическа същност на човека е израз на духовната. Творческата изява на силите става отгоре надолу и отвътре навън. Вътрешният духовен свят диктува външното оформяне на организма поради принципа на инволюцията. По външните белези и форми на тялото можем да съдим за духовните заложби на човека.

„С движението на устните си човек изразява презрение, радост, скръб, доволство, недоволство, безсърдечие и т.н.. Изобщо, всички движения в човека са свързани с неговия вътрешен живот." [4] „Когато се усмихваме, устните ни се повдигат нагоре; когато имаме песимистично настроение, устните ни падат надолу. Ъглите на устата трябва да са повдигнати нагоре." [155] „Ако устните са тънки, това показва, че гънките, през които идват водните източници, са малки. За това у хора с тънки устни изворите пресъхват лятно време. Те и да искат не могат да сторят много нещо. Дебелите устни са донякъде опасни, защото започнат ли да се топят снеговете, стават големи порои. Такива хора ние наричаме ефективни, не можем да ги спрем от любов." [7]

Дънов казва: „... Не можем да ги спрем от любов". Това ще рече не само влечение към физическа любов, но и любов към ядене, пиене и други наслади. „Дебелите устни говорят за известна деформация в човека. Тя е предизвикана от застой в астралния му свят (живот). Хората с дебели устни са много мързеливи." [124] „Роди ли се желание у човека да стане богат, устните му надебеляват; роди ли се желание да стане учен или силен човек, устните му пак надебеляват. Това са желания, които трябва да се реализират, но не само временно." [124]

„Ако искаш да изучиш устата си, пипай я от време на време, но не с пръсти, а със съвършено чиста кърпа. Деликатно нещо е тя, крайно чувствителна е. Ако изгубите тази чувствителност, този вътрешен усет, всичко сте загубили. Дръжте устата си свободни, за да възприемате правилно

енергиите.“ [135] „Пълните, сочни, но немного големи устни, правилни по форма и еднакви по големина, представляват човек, който мисли само за себе си, иска всичко да му е добре. Той не е лош, не е сприхав, но обича кефа и удобствата.“ [135] „Човек, който има трапчинка на горната устна, е способен да се контролира.“ [135] „Когато устата стои повече леко отворена, това говори за човек, който обича да го хвалят; ако е ученик, обича учителят му да го хвали.“ [135] „Ако долната устна е по-силно развита, такъв човек е повече пасивен, отколкото активен. Изобщо горната устна предава, а долната възприема. Ако на човек със силно развита долна устна дадеш десет лева, той ще ти върне един лев.“ [135] „Ако мисълта на човека не е светла и чувствата нямат нужната топлина, мускулите на лицето му са свити и горната устна е слабо развита. Такъв човек обича да си похапва повече. Ако в ред поколения се запази сдържаност, устните стават тънки. Това не е здравословно. Добре е устните да бъдат малко дебели. Като работи духовно върху себе си, човек трябва да оформи устните си, да изправи всичките им недостатъци от миналото.“ [135] „Ако горната устна не е развита и не се вижда, а долната я припокрива, това е уста на тщеславен човек с високо мнение за себе си. Той мисли, че много знае; иска да покаже пред хората, че е щедър, без да е такъв. Ако долната устна при него е малко завита надолу, той има желание да задържа всичко за себе си.“ [135] „Ако долната устна е слабо развита, а горната — по-добре развита, това е уста на твърд човек.“ [135] „Когато краищата на устните падат надолу, човек се намира пред някаква мъчнотия; щом се повдигнат нагоре, мъчнотиите изчезват. Внимавайте да не изпаднете в песимизъм, да не се навеждат краищата на устните надолу.“ [135] „Не можеш да бъдеш здрав, ако устните ти образуват права линия. Устата трябва да се държи малко отворена. Когато проявява воля, човек стиска устните си.“ [135] „Колкото повече се развиват слепоочните области, толкова и устните стават по-дебели.“ [2] „При силна надежда ъгълът на устните е завит малко нагоре, а не надолу. Когато човек е тъжен, ъглите на устата му се спускат надолу. Теченията в него са или растителни, или животински.“ [2]

„Горната устна е свързана със силите на астралния свят. От двете устни едновременно изтичат два вида енергии: от горната — активна енергия, а от долната — пасивна." [3]

Устата като орган играе съществена роля при храносмилането. В нея под действието на ензимите в слюнката става първото обработване на приетите хранителни вещества. Освен това зъбите като апарат за раздробяване на твърдите съставки на храната са от първостепенно значение за правилното храносмилане. Колкото по-добре се обработи храната в устата, толкова по-добре се приемат хранителните вещества в организма. Още през лигавицата на устата започва просмукването на микроелементи и активни химически вещества.

„Щом се развалят зъбите, човек не яде сладко, храносмилането не става правилно, а оттам и здравето се разстройва." [23] „Съставът на слюнката всеки ден се мени и определя промените, които стават в психиката на човека." [29] Психиката влияе действително силно на състава и отделянето на слюнката. Например при силен и внезапен страх устата пресъхва, появява се горчив вкус. При силни чувствени емоции обратно, слюноотделянето се увеличава. Съставът и количеството на слюнката зависи също така и от състава на храната. Още от вида ѝ, от нейния мирис и вкус се определя и слюноотделянето. Слюнката има силно дезинфекционно действие, тя разгражда доста видове бацили и паразити. На това се дължи и обстоятелството, че животните лекуват раните си като ги облизват. Така е и при човека. След нараняване, ако се изсмуче ранното кръвотечение, то бързо спира, раната засъхва и бързо зараства. Това е особено полезно при замърсена рана, за да се предпази от тетанус.

„Устата приема най-фините енергии от храната. Затова тя трябва да се задържа по-дълго време в устата." „Зъбите са свързани с физическия свят." [3] „Езикът е разумното начало у човека. Небцето пък представлява активният принцип от божествения свят." [3]

Хигиената на устата е задължителна за съвременния цивилизован човек. Обработената термично храна се задържа по-лесно по и между зъбите и много бързо започва да се разлага, а зъбната глеч и цимент биват нападнати от баци-

ли и ферменти, поради което се получава кариес по зъбите. Затова се налага често да се изплакват и измиват зъбите, да не се яде гореща храна и сладкиши, а повече зеленчуци и плодове.

2.6.10. Брадата на човека

„Брадата представлява границата между физическия и така наречения 13-и свят на нещастията."

„Кой е светът на нещастията у човека? Това са органите, които ни подтикват към желания, страсти, влечения от низш тип. Като цяло, тялото от врата надолу е зоната на тези органи: кръвообращението, дихателната система, храносмилателната система, отделителната система, половата система и т.н. Това са органи и системи, които най-малко са под контрола на волята и съзнанието на човека и на които повечето хора се подчиняват и робуват. Това правят животните всъщност, тъй като тяхното ежедневие е запълнено със задоволяване нуждите на тези органи и системи. Задачата на човека е да не им е подвластен, да ги регулира съзнателно и да ги хармонизира така, че те да станат средство за духовен растеж."

„Широката брада показва, че човек е попаднал в гъста материя. Ако и лицето е правоъгълно, човекът е голям материалист." [127] „Когато погледнете брадата на човека, в нея има една красива черта. Дето е добре развита, тя говори за голяма устойчивост на характера. На хиляди парчета да нарежете този човек, той няма да се откаже от убежденията си." [76] „Над брадата всякога трябва да има една малка вдлъбнатина, която показва устойчивост на чувствата, издържане в живота." [7] Тази трапчинка всъщност откроява долната устна и брадата, чрез нея брадата малко се издава напред.

„Забелязано е, че у хора, които имат устойчиви чувства, както и устойчива воля, брадата не е права. Това показва известна интелигентност. Ако брадата не излиза напред, интелигентността е по-слаба. Същото е и с челото. Ако чело-

то е право, човекът е интелигентен, разумен; започне ли да ляга назад, интелигентността намалява. С носа е точно обратно. Когато той изпъква напред, интелигентността се увеличава." [44] „Ако видите, че носът на един човек е широк, това показва, че енергиите в неговия организъм са в напрегнато състояние и най-малкото побутване ще е в състояние да предизвика експлозия. Ако неговата брада е много широка и дълга, това значи, че енергиите на този човек са възбудени и са много активни, затова, дето мине, той ще произведе разрушение. От долната част на брадата, тази, която е под носа, ще се определи каква е човешката воля и как би се проявила тя на физическото поле." [37]

Такива носове и бради имат обикновено африканските народи и индианците в Америка. Разбира се, те се срещат и у асирийската раса.

„Ако физиогномистът разглежда човешката брада, ще намери най-малко три характерни типа бради: първият тип ще е на волевия човек, която е широка долу и заема голям простор. Този човек действа повече грубо физически. Той се намира под влияние на Марс. Ако и главата му горе е широка, той се отличава с голяма упоритост. Вторият тип брада е на човек на чувствата когато сърцето работи повече от ума. Брадата е малко по-широка, заоблена. Колкото потясна и остра е тя, толкова повече се проявява умът. Този човек се намира под влияние на Меркурий." [24]

„За да стане волята ви устойчива и положителна, трябва да измерите палеца и долната част на брадата си. Тя трябва да бъде малко издадена навън, да се образува малка вдлъбнатина. Палецът ви пък трябва да се разшири и удължи." [65]

Брадата на човек не трябва да е много широка в зоната на ушите. Това разширява лицето и го прави квадратно. При широки ъгли на челюстта се получава експанзивен характер, недобре организиран, упорит, но не винаги целенасочен. Има известни заложби на разрушителност и бойкост.

2.6.11. Ушите на човека

„Кой е органът на разумността у човека? Ухото." [49]

Ухото като цяло отразява духовното развитие на човека и връзката му с физическия свят. При расите с ниска култура и ниско духовно развитие ухото е малко, сбръчкано и с много малка и неоформена горна овална част, за сметка на долната, месестата част, която е добре развита. Такова ухо е характерно за хората, изцяло под влияние на материалния свят. Прави впечатление, че статуите на Буда са винаги с голяма и висяща долна месеста част на ухото. Разбира се, тя отразява и добро физическо здраве и дълголетие.

„Ухото може да се раздели на три части: горна, овална част на ухото, средна и долна, месеста. Горната част представя ума, т.е. мозъка, средната — дробовете, а долната — стомаха. Когато мозъкът има голямо надмощие, най-добре е развита горната част. Тя е широка, по-оформена от другите части на ухото и човек има по-голям замах. Когато дихателната система, т.е. дробовете, оказва голямо влияние върху ухото, средната част е най-добре развита. Ако стомахът работи енергично, долната, месестата част на ухото е най-развита." [49] „В горната част е работил умът, т.е. духът. В средната част, където се изявява дихателната система, е работила душата. В долната част е работила стомашната система — демокрацията." [49]

„Човек с остро ухо е силен на физическия свят, но вън от този свят нищо не може да направи. Ако му говориш за ядене и пиене, веднага намира време за това. Ухото на учения горе е добре развито, а долу, при стомаха — слабо. Долната част на ухото показва какви запаси е вложила природата в човека, с какъв жизнен капитал го е осигурила и колко време ще живее. Тя определя щастливия живот." [50]

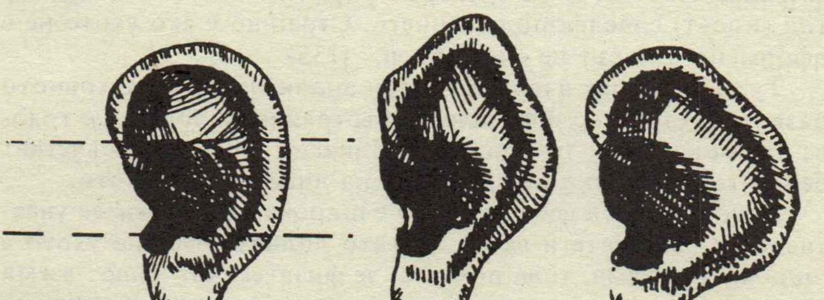
Анатомически, ухото е слуховият орган на човека. В устройство му различаваме три главни части: външна — ушната мида, средна част и вътрешно ухо. Мидата усилва звуковите трептения и е свързана със средното ухо посредством ушния канал. Той завършва с тъпанчето, което разделя външното от средното ухо. Средното ухо съдържа чукчето и на-

ковалнята. Те предават приетите от тъпанчето звукови трептенията на вътрешното ухо — охлюва. Той е пълен с течност, в която плават власинките на звукочувствителните клетки и нервни окончания. Освен тази част тук се намират и трите полуокръжни канала, които ни ориентират в състоянието ни по отношение на трите координати на тримерния физически свят. Дънов казва: „При сегашното развитие на човека, както и при устройството на неговото тяло, има известни органи, които не са развити както трябва. Например ухото на човека не е достигнало още своето съвършенство. То не може да хваща висшите трептения." [74]

В последно време се установява, че върху ушната мида са отразени по нервен път органите на цялото тяло. Това ще рече, че както по ириса на окото, така и по точките на ушната мида можем да разчетем състоянието на отделните органи. От друга страна, чрез въздействие върху нея се влияе върху състоянието на органите.

„Когато се продължи ухото надолу и животът се продължава. Когато ухото се продължава нагоре, чистотата се увеличава. Когато се разширява ухото, активността на човека се разширява. Когато ухото се скъсява и животът става хилав." [80]

„Големите уши показват добре развити чувства. Ако ушите са малки, чувствата са слаби. Човек с малки уши е скържав, не обича да дава. Когато измервате дължината на носа и на ушите ще видите, че тази мярка не е достатъчна. Ще измервате и тяхната широчина." [112]



„Искате да знаете дали човек има добра външна обхода. Много просто, вижте ушите му. Който има красиво ухо, той се обхожда добре, постъпките му са правилни. Ако ухото не е красиво, колкото и да се мъчи човек да постъпва добре, няма да може. Искате да знаете дали даден човек е умен, интелигентен — вижте носа му. Красивият нос отразява много неща. Чрез него се проектира човешката мисъл. Погледнете ли очите на човека, ще познаете чистотата на сърцето му и благородството на неговата душа.“ [135]

„Горната част на ухото трябва да бъде широка и заоблена. Ако горната част на ухото е заострена, това показва преминаване от животинското към човешкото. Защото ухото на животните е заострено горе. То представя антена, чрез която животните се справят с външния свят.“ [135] „Значи горната част на ухото показва интереса на съществата от Божествения свят към човека. Средната част изразява интереса на съществата от духовния свят — ангелите и светиите, към човека. Третата част, долната, показва интереса на хората към човека.“ [135] „Горната част на ухото трябва да бъде най-широка и постепенно да се стеснява надолу. Значи външните условия го стесняват. Долната, месестата част на ухото може да бъде дълга и къса. Това се дължи на прииждане или прекратяване на жизнените енергии на природата. Ако тя се прекратява, изражда се не само отделният човек, но и целият му род.“ [135] „Ако ухото горе е широко, човек всичко обмисля. Когато не е широко, човек влиза в стълкновение с всички — този блъсне, онзи блъсне, на този каже обидна дума, на онзи също. Ако ухото не е добре оформено, а носът правилен, той (носът) спасява положението. Страшно е ако ухото не е оформено и носът не е правилен.“ [135]

Тук Дънов пак изтъква, че при анализиране на духовното развитие, характер и физическо състояние на човека не трябва да се съди само по една част. Винаги трябва да се съчетаят белезите най-малко на три части на лицето или тялото.

„Ако средната част на ухото е широка, това показва участието на чувствата и вкуса. Когато долната част на ухото е широка и голяма, това показва, че физическият живот взема участие. Колкото повече се разширява тази част, толкова повече се свързва човек с материалния свят.“ „Когато горната

част на ухото не е заоблена и широка, а изострена и тясна, това е лисиче ухо, т.е. ухо на умен, хитър човек, който мисли само за себе си. Той гледа само своите интереси и може да причини пакости всеки момент." [135]

„Наблюдавано е, че хора с големи уши са щедри и обичат широкия живот, а хора с малки уши са стиснати. Правилното ухо трябва да бъде толкова голямо, колкото е големината на носа; веждите да бъдат почти толкова дълги, колкото дължината на носа; челото да представлява 1/3 част от големината на цялото лице; носът също 1/3 от лицето и брадата — 1/3 част." [10]

„И в ухото също има такива пластинки, мрежички, каквито има в окото, за възприемане на различните видове звукови вълни. В това отношение се изисква проучване на ухото и на слуха. Същото нещо се забелязва и при обонянието и вкуса на човека, т.е. в неговия език и нос." [16]

2.6.12. Косата на човека

> *„Какво представляват космите? Антени, чрез които човек се съобщава с Божествения свят. Докато главата ти е покрита с косми, ти си щастлив, защото имаш връзка с възвишени същества." [155]*

„По косата може да се познае човешкият характер. Като разглеждаш косъма от единия до другия край под микроскоп, ще можеш напълно да опишеш по него характерните черти на човека. Косите са само регулатор, те регулират известни процеси в организма. Регулират влагата му. Колкото умът почва да се развива, косите отстъпват назад." [55] Косъмът е изграден от сухи, мъртви епителни (покривни) клетки на кожата. Той има луковичка в кожата, откъдето израства, а в средата си има пигментно вещество, което му придава съответния цвят. Под увеличително стъкло се наблюдава строежът на косъма, както и това дали е прав, гладък или накъдрен. Клетките по повърхността на косъма са наредени както керемидите на покрива на къща — покриват се една друга. Краят обикновено е цепнат поради изсушаване на клетките при миене на ко-

сата със сапун. Косъмът има мазнина, получена от мазните жлези на кожата. Когато много се изсуши от сапунените препарати, той се цепи и става трошлив. Къдравината на косъма се получава още при излизането му от кожния пласт.

„Космите са антени. Тези зад ушите са антени, които възприемат и предават разрушителни енергии. Космите, които са близо до центъра на въображението, дават полет на човешката мисъл. Космите на горната част на главата, са антени на любовта към Бога." [158] „Щом главата ти оголее, нещастия и страдания те сполетяват — връзката ти с възвишени същества се прекъсва." [155]

Окапването на косата на главата се дължи най-вече на лошо хранене на косъма поради съдови спазми в кожата. Това състояние се наблюдава при хора с повишена полова активност. Констатирано е, че в такъв случай мъжкият полов хормон се повишава по количество в космените фоликули. (Такова окапване на кожната покривка се наблюдава при някои птици през периода на чифтосването.) Получава се силен сърбеж на кожата, поради което често се реши косата. Интересно е, че най-силно е окапването на косата по горната част на главата, а по тила и зад ушите не окапва. Следователно първо окапват антените за любовта и въображението, докато тези на разрушителните сили остават.

„На какво се дължи оредяването на космите? На вътрешно безпокойство и на отсъствие на влага в организма." [46] Днес учените казват: „Оплешивяването започва да разкрива някои от биохимичните си тайни. Дерматолози от биохимическия факултет в Маями (САЩ) под ръководството на д-р Марти Сауея са изолирали три протеина, които според тях играят роля в процеса на оплешивяването у мъжете в зряла възраст. От изследването били изолирани две форми протеини, служещи като рецептори за мъжкия полов хормон тестостерон в космените и мастните клетки. Плешивите космени торбички съдържат двойно по-голямо количество от по-малкия протеин. Учените са открили също, че тестостеронът се свързва с по-малкия протеин в значително по-голямо количество." [243]

Явно, че половата активност, присъща на мъжете, има връзка с оплешивяването. При жените, които са по-въздържани в половия си живот и по-трудно възбудими, хормонал-

ната активност не е така висока, а оттук и липсата на често оплешивяване.

„Когато косата на някой човек отпред е малко къдрава, това е признак, че в задната част на главата и мозъка той има положителна енергия.“ [9]

„Щом косата започне да става остра, това значи, че динамичните сили имат надмощие във вас. Ако космите стават дебели, това показва, че енергиите ви освен динамически са станали и по-груби.“ [9]

„Даже и космите, които мнозина смятат за маловажно нещо, трябва да се държат в изправност да не окапват. Ако главата на човека е гола, той прилича на планински чукари, които нищо не произвеждат. Много косматият пък е повече животно, отколкото човек.“ [23]

„Знаете ли колко са космите на главата? Мнозина са ги преброявали. Някои хора имат 250 000, а други 350 000 косъма.“ [30]

„Знаете ли колко разумни същества са работили за създаване на косата? Вие не подозирате, че всеки косъм има специфично съдържание. Някой се чуди защо работите му не вървят добре. Много просто, косми нямаш на главата. По космите на човек може да се съди за неговия характер, както и проявите му. По тях се познава дали ще успее в работата си, или не.“ [50] „Човек може да носи и дълги коси, и къси коси. Който иска да развива ума си, при известни условия може да носи къси коси. Дългите коси говорят за здравословно състояние на организма.“ [74]

„Съвременната жена си реже косите, иска да има къси коси като мъжете. Обаче откакто жените правят това, у мъжете се яви желание да оставят косите си да растат, да станат дълги. Човек трябва да знае защо иска да отреже косата си и защо да я пусне дълга. Ако е събрал много магнетизъм в себе си, добре е да отреже косата си, това е здравословно за него. Късите коси предават повече електричество в организма.“ [85] „Бялата коса е признак на мъдрост, на поумняване. Черната коса пък говори за големи чувства, за силата на човека в астралния сват. Хората, които имат руси коси, заемат средно място между тия с бели и черни коси. Бъдещият човек ще има особен цвят коса.“ [105]

„Мустаците и веждите са антени, чрез които човек се свързва с различни светове. Момъкът трябва да знае кой мустак да глади и как. И момата трябва да знае как и кога да глади веждите си." [60] „Само боговете могат да носят брада и мустаци. Хората носят наистина брада и мустаци, макар че не са богове, но те у тях служат само като символ, като нещо, към което вътрешно се стремят." [80] „Да бръснат брадите се, това е вредно. Като бръснат брадите си, американците излагат гърлото си на простуда. Освен това, колкото по-често се бръсне брадата, космите стават по-дебели, от което самият човек започва да загрубява. Щом природата е създала космите на човека, тя е вложила някакъв смисъл в тях.

Дългите коси не са лошо нещо. Те са признак на дълъг живот, на изобилие. Когато косата на някой човек започне да пада, за него казват, че той е учен. Когато обаче главата започне да оголява, това е лош признак, който говори не за ученост, а за умствено полудяване." [87]

„Когато косата побелява, ти трябва да знаеш защо; когато лицето ти се набръчква, ти трябва да знаеш защо; когато страдаш, ти трябва да знаеш защо; когато краката ти отслабват, ти трябва да знаеш защо. Ти трябва да знаеш причините за всичко това и да ги премахнеш." [177]

„Космите на главата, брадата и мустаците в човека представляват растителното царство. Като знае това, човек трябва да пази главата си от оголяване. Космите служат за регулиране на енергиите в човешкия организъм, а оттам и в кръвообращението." [105]

„На лицето на мъжа се явяват косми, започва да расте брада. Лицето на жената е гладко, няма толкова косми. Това показва, че жената е по-умна от мъжа. Като не съзнава това, жената се стреми да стане мъж, да стане силна. Това значи да стане космата. Неразбиране е това. Бъдещият човек ще се отличава по това, че няма да е космат. Веждите му ще бъдат тънки. Веждите са граница между човешкия и Божествения свят. Колкото повече се стремите към материалното, толкова по-дебели стават веждите ви." [154]

Много знание се изисква, за да се запознаем с подробностите в конструкцията на тялото и неговите части. Всеки знак, орган, част от орган има свое съдържание, смисъл и

значение, те са символи, които трябва да се познават, за да можем да опознаем себе си. Виждаме например, че лицето на човека изразява целия негов минал, настоящ и бъдещ живот. А Дънов казва още: „Ако искате да търсите Бога на земята, ще го търсите в човешкото лице." [95] Защо така? Защото човекът, създаден по образ и подобие на Всевишния, крие в себе си характерни негови черти. Той е отражение на макрокосмоса и затова е микрокосмос, т.е. съдържа качествата и белезите на Първичното начало. И така, най-характерната, най-отличителната, най-индивидуалната, най-човешката част на човека е неговото лице. С конструкцията си, с частите си, с формата и геометричните си съотношения, то отразява на земята цялото Битие, т.е. то е представител на Първичното начало на света.

2.6.13. Ръцете на човека

„Човешката ръка, това е изявяването на човешкия дух. Това е мощното, това е великото в света. Ръката е тясно свързана с човешкия дух, затова човек трябва да държи в себе си великата мисъл, че той има ръка, и то съдържателна ръка, върху която е написано всичко." [80]

Ръцете са органът на творчеството у човека. С тях той си набавя храна, гради жилище, твори чрез занаятите творби на изкуството, регистрира чрез буквите словото си, реализира музикални творби, брани се и т.н. Чрез тези способности на ръцете си човек се отличава коренно от животните, затова Дънов казва: „Справедливостта е резултат от доброто използване енергията на ръцете."

„Двете ръце на човека са се образували при различни условия: дясната — при инволюцията, а лявата — при еволюцията." Знаем, че дясната ръка е израз на мъжкия принцип, а лявата — на женския. Лявата ръка е свързана с дясното полукълбо на мозъка, т.е. с центровете на фантазията и вярата, а дясната — с лявото полукълбо, т.е. с центровете на говора

и логическото мислене. Оттук дясната ръка е образувана при инволюцията, т.е. при реализирането на човека в сферата на физическия свят, чрез говора и логическото мислене, а лявата ръка — при еволюцията, т.е. при разработване и усилване на вярата и абстрактното мислене върху пътя на съвършенството. Затова Беинса казва още: „Лявата ръка представлява мъдростта. Дясната ръка и десният крак у човека са капелмайсторите в живота му." [20]

„Ръцете се намират под влиянието на Близнаци и Меркурий, краката се намират под влияние на Юпитер и Риби, дробовете — под влияние на Рак, а главата — под влияние на Овен." [23]

„На онези хора, които обичат подробностите, ръцете и пръстите са дълги. Хора, у които пръстите са къси, обичат обобщенията, те не влизат в подробности." [63] „Човешката ръка никога не се изменя. Следователно туй, което е написано върху нея, освен, че не се изменя, но остава за хиляди поколения." [80]

Известно е, че линиите по дланите и пръстите на ръцете у човека са характерни за всеки индивид поотделно и те нямат повторение в милиардното човечество. В тях се отразява и характерът на индивида. Затова органите на реда вземат отпечатъци от палеца на хората, когато се налага да се идентифицират престъпници. Хиромантията от своя страна разчита индивидуалните особености на човека по линиите на дланта. Те засягат живота, ума, сърцето, духовния ръст и други негови качества.

„Погледне ли човек горната част на ръката, на нея той трябва да прочете правдата на физическия свят. Тя е написана там. Погледне ли ръката си отвътре, както и горната част на пръстите, там е написана Божията правда." [86]

„Лявата ръка е царската ръка. Тя дава разпореждания като царица, а дясната служи, изпълнява, затова е по-развита. Лявата стимулира, а дясната изпълнява. В живота важни са стимулите." [88] „Някой път ръцете са по-дълги. Това показва, че в миналото дедите и прадедите на този човек са обичали да пооткрадват. Ако са по-къси от нормалната мярка, дедите и прадедите на този човек са обичали да убиват." [9]

Дългите горни крайници са характерни за човекоподобните маймуни. Те са особено ловки, когато искат да отнемат нещо. Късите крайници у човек срещаме при едно вродено заболяване (артрозис деформанс конгенита), при което раменната кост и тази на подлакътницата са деформирани и къси.

„Пръстите представляват умствения живот у човека; дланта — чувствения живот, а горната част на ръката — материалния живот. Но има и друго деление, то е следното: цялата китка представлява умствения живот; от китката до лакътя — чувствения, а от лакътя нагоре — материалния. Всеки пръст поотделно също може да се раздели на три части. И лицето има същото деление на три части: чело, нос, брада. Навсякъде по тялото има такова деление на три части.“ [191]

„Ако устата или ръцете на човека са извънредно големи, това е аномалия. Който има големи уста, много говори. Който има дълги ръце, обича да взема чуждото.“ [44] „Преобладаващите чувства у човека хвърлят съответен отпечатък върху целия строеж на организма. Например хора, които са крайни идеалисти, имат фини, тънки чувства. Ако идеализмът у тях води началото си от ред поколения, ръцете им са изтънчени, деликатни. Всеки пръст на човешката ръка е една област, през която изтича известна енергия.“ [18]

Изтънчеността на ръката се познава най-добре по костите на китката. При изтънчени, идеалисти хора, костите на китката и подлакътницата са грациозни, тънки, нежни, като обиколката на ръката в тази част е малка, като у младите хора. В обратния случай костите са груби и китката е дебела и голяма.

„Ако пипнете ръката на здравия човек, ще забележите, че едната страна е топла, а другата — студена; едната ръка е топла, а другата — студена; едната половина на главата е топла, а другата — студена. В болния човек това не е така.“ [72]

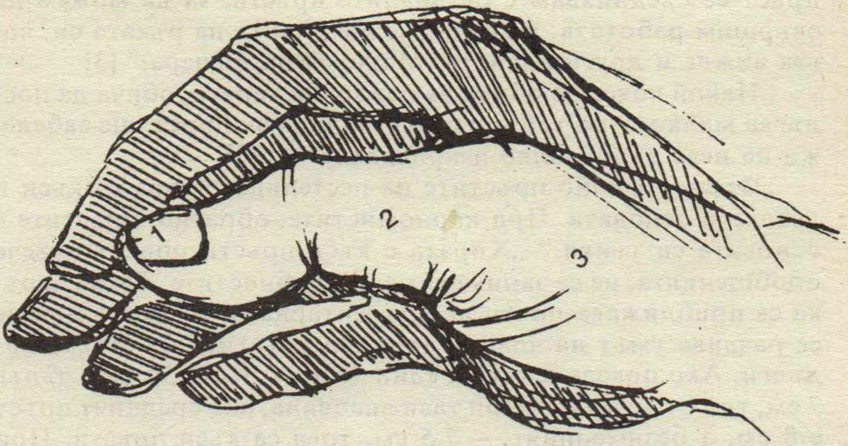
Дланта има обикновено по-висока температура, както и дясната ръка е топла. Това се дължи на по-добро оросяване, тъй като тези части на тялото са с по-активна дейност.

„Изучавайте движенията на ръцете си, на пръстите си, за да разберете защо в даден случай изнасяте един от пръстите

си, а в друг случай — друг пръст. Палецът е свързан с Божествения свят, показалецът — с ангелския свят, средният пръст — с правдата, безименният пръст — с науката, и малкият пръст — с практичността в живота.“ [20] „Цялата ръка също представлява три свята: пръстите означават човешкия свят, дланта — животинския, а ръката нагоре до рамото — растителния свят. Всеки пръст е съставен от три фаланги, които също така представляват три свята: горната, крайна фаланга представлява Божествения свят, средната — ангелския, а последната, при основата на пръста — човешкия свят.“ [47] „Не само цялата ръка, но всеки пръст от нея има отношение към специфичните области на мозъка. Доказано е, че силата на палеца е равна на силата на останалите пръсти. Половината от енергията на човека е вложена в палеца. В него е вложена разумността на човека, по която той се отличава от животните. Те имат най-много четири пръста. В тях липсва палецът, т.е. разумността. Дънов продължава: „Палецът, т.е. големият пръст, е разумното начало в човека. Третата фаланга на палеца, при основата му, има отношение към животинския и растителния свят; средната фаланга има отношение към човешкия, а горната — към Божествения свят. Ако тази фаланга е къса, това показва, че този човек е изминал малко път, той е далеч от Божествения свят.“ [47]

„Живата математика гледа по друг начин на числата. Достатъчно е да погледнете петте пръста на ръката, за да ги определите като живи числа. За нея важат не само петте пръста, но и тяхното подразделение на фаланги. Тя разглежда и линиите на ръката, като възможности, вложени в самия човек.“ [48] „Патологията показва, че палецът на престъпника е крайно деформиран. Изобщо, пръстите на престъпника са къси и дебели. У крадеца пръстите на ръката и тя самата са дълги.“ [95] „Палецът е съставен от три фаланги: долната, месестата част е наречена Венерин хълм; средната част е свързана с разсъдъка на човека, а най-горната — с волята.“ [108]

„Основната фаланга на пръстите на човека представлява симпатичната нервна система, а върхът — централната нервна система, т. е. първата фаланга, основата на пръста е физиката на човека, втората (средната) — духовният свят, а третата (върха) — Божественият свят.“



„Заболи ли те лакътят, престъпил си правдата."

„Палецът представя Божествения принцип; показалецът — религията и личния живот; средният пръст — правото и политиката; безименният — културата; кутрето — материалните облаги." [22] „Астрологически малкият пръст е свързан с Меркурий, безименният — със силата на слънцето, средният — със Сатурн, показалецът — с Юпитер, а палецът — с Венера." [55] [155] „Палецът представя Божествения свят и законите, които действат в този свят. Ръката, свита в юмрук, означава: вярвам, че тези работи ще се наредят според законите на Божествения свят. След това човек поглежда към показалеца си и казва: Вярвам в своето благородство. После към средния пръст: Вярвам в своята честност и справедливост. Когато погледне към безименния пръст, който е свързан със Слънцето, човек казва: Вярвам в Слънцето, което топли земята и праща светлина. Като погледне малкия пръст, секретаря на боговете, той казва: С малкия

пръст се съединявам с останалите пръсти, за да можем да свършим работата. Като погледне дланта на ръката си, човек вижда и други планети: Марс, Луна, Венера." [3]

„Някой човек не обича да говори истината, обича да послъгва малко. Ако той погледне малкия си пръст, ще забележи на него едно малко изкривяване." [190]

„Френологично пръстите на пестеливите хора са къси и дебели в основата. При икономистите, обратно, пръстите в основата са тънки." „Хората с къси пръсти обичат повече обобщенията, не се занимават с подробностите. Тяхната ръка се приближава почти до елементарната. Колкото повече се развива умът на човека, толкова пръстите му стават по-дълги. Ако показалецът на един човек с ръст 150 см е дълъг 7 см, той е къс пръст. При тази височина, ако средният пръст е 8 см, а безименният — 7.5 см, това са къси пръсти. При среден ръст на човека, средният пръст на ръката трябва да е дълъг от 9.5 до 10 см." [191] „Когато първата фаланга на палеца е добре развита, това е човек със силна и разумна воля." „Палецът показва още стремежа на човека към свобода. От формата и големината му зависи свободата на човека. Палецът на престъпниците е къс, неразвит, във вид на боздуган." [24]

„Долната фаланга на показалеца съответства на стомаха на физическия човек. Средната фаланга — на дихателната система и кръвообращението. А горната фаланга — на умствения живот. Следователно горната част представлява челото, средната част — носа, а долната част — устата и брадата на човека. Цялата ръка на човека също можем да разделим на три части — китката е умственият човек, духовният човек. От лакътя надолу ръката представлява чувствения човек. От лакътя нагоре е физическият човек." [35]

„От големината на пръстите съдим за силите, които действат в тях. Най-големият пръст е свързан с Божествения свят. Той се управлява от богинята на любовта, затова е най-силен (това е палецът). Показалецът се намира под влияние на Юпитер. Чрез него се проявява човешкото честолюбие и достойнство. Средният пръст, сатурновият пръст, определя човешката справедливост. Безименният пръст определя човешката радост и постижения в областта на наука-

та, на изкуството и музиката.“ [79] „Ако безименният пръст е по-голям от средния, т.е. сатурновия, с такъв човек не връзвай приятелство, нито го вземай за учител, нито за съдружник. Ако показалецът е по-дълъг от средния пръст и другите пръсти у някои хора, те имат силно развити лични чувства. Ако показалецът е по-къс от средния, човек не е толкова взискателен. Той минава за демократ. Някои хора често хващат малкия си пръст. Защо? Понеже малкият пръст обича често да послъгва и те несъзнателно го хващат, пазят го от лъжа.“ [72] „Когато изучавате ръката на човека, виждате, че има разлика не само в големината на пръстите и техните стави, но и във формата им. Има пръсти с коническа и с цилиндрична форма. Ако в основата си са широки, а на върха заострени като конус, тези хора имат добре развита стомашна система, обичат да си похапват. Тънки, дълги и цилиндрични пръсти означават слаб стомах.“ [72]

„Средният пръст е високият връх на човешката ръка. На него винаги може да се разчита. Той представлява човешката съвест.“ [48] „Средният пръст на човешката ръка е свързан със съвестта, със справедливостта в човека. Да се лишим от този пръст, значи да се лишим от чувството за справедливост в себе си. Ако средният пръст се изостри много, това не се отразява добре върху характера на човека. Изобщо краищата на пръстите трябва да бъдат повече заоблени, отколкото заострени. Средният пръст на човешката ръка е свързан с Божията правда. Има ли благородство в хората? Защо? Защото има показалец. Съществува ли Божествен свят? Щом има палец, съществува Божествен свят. Щом има четвърти пръст на ръката, съществуват наука и изкуства. Кутрето показва, че материалният свят съществува. Не само пръстите, но и отделните техни фаланги представляват сили и течения в природата, които оказват влияние върху човека. Например първата фаланга на показалеца е свързана с религиозното чувство. Втората, средната фаланга на същия пръст е свързана с неговия ум, т.е. с умствения свят.“ [82] „Средният пръст на ръката представлява справедливостта, съвестта или, както някои я наричат, човещината у хората.“ [88] „Ако показалецът е дълъг 9 см., това говори за отстъпчив характер. Този човек е внимателен, добре раз-

положен към хората. Ако средният пръст е 11 см., този човек е упорит, своенравен, вечна опозиция на хората. Той е свързан с личността. Когато е много дълъг, човек има особено мнение за себе си и поставя личността си над всичко." [93] За характера на човека са от значение големината и формата на ноктите на пръстите.

„Хората, на които ноктите са дълги и добре оформени, са интелигентни. Широките нокти показват устойчивост, смелост, решителност. Човек с тесни нокти е слаб, не може да се бори с външните условия." [20]

Разбира се, под дължина на ноктите не трябва да схващаме удължените нокти на съвременните жени, които нарочно не ги режат. Дължината се мери от основата на нокътя до върха на пръста. Ноктите трябва да са по-дълги, отколкото широки. Трябва да имат леко трапецовидна форма, т.е. към върха леко по-широки отколкото в основата си. Къс и широк нокът се среща у хора, които са сприхави и не обмислят добре нещата. Когато нокътят е по-дълъг, отколкото широк и е добре оформен, той говори за хора, които обмислят нещата добре, преди да ги извършат. „Когато твърдостта се развива в някой човек, ноктите му стават широки. Хората, които са страхливи и предпазливи, имат малки и завити нокти. За да познаете дали вашето кръвообращение е правилно, разгледайте имате ли бял полукръг в началото (в основата) на ноктите си. Колкото този полукръг е по-голям, толкова и кръвообращението е по-добро." [6] Този полукръг е израз на добре развита капилярна мрежа. От това място ноктите растат като продукт на покривния пласт — епитела на кожата. Нокътят е всъщност наслойка от мъртви епителни клетки на кожата, по-добно на кожата на тялата. В основата си той има богата капилярна система, която изгражда този по-светъл полукръг.

„Хората с малки, къси и широки пръсти са гневни и избухливи. Щом се яви някаква грапавина по ноктите, да знаете, че във вас има нещо дисхармонично. Ноктите ви трябва да бъдат гладки и хубаво закръглени." [6] „Широчината на ноктите отговаря на волята на човека. Хора, у които ноктите са широки, имат силна и издръжлива воля; тия пък, на които ноктите са тесни, имат слаба воля." [15] Широките нокти

не трябва обаче да са къси, което означава, както вече споменахме, злонравие. Състоянието на здравето се отчита и по белезите върху ноктите. Това са бели петна в структурата им. Тези петънца са всъщност въздушни мехурчета и се дължат на съдови спазми в капилярната система, което говори за нервни кризи и преживявания.

„Ако искате да знаете дали ви предстои някаква болест или някакво болезнено състояние, наблюдавайте ноктите си. Появи ли се на ноктите ви някакво бяло петно, ще очаквате някакво заболяване. Ако петната се явят на лявата ръка, те имат едно значение, ако са на дясната — друго. Изобщо най-малкото бяло петно върху ноктите е признак за някакво болезнено състояние. Петната говорят за голямо напрежение на нервната система, което води до болест. Те се появяват още при големи душевни сътресения.“ [20] „Белите петна говорят за анормалност в нервната система. Те са подобни на петната на слънцето. Колкото повече петна има слънцето, толкова повече енергия, толкова по-голямо изобилие съществува в природата. Същото става и у човека, който има бели петна по ноктите си. Той е крайно активен, отделя повече енергия от себе си, вследствие на което извънредно се изтощава.“ [43]

Накрая трябва да спомена и за значението на линиите по дланта на ръката. Ще изкажем само основните мисли, които Дънов ни дава, тъй като подробности могат да се намерят в помагалата по хиромантия. Тук се обясняват най-хубавите елементи от линиите на ръката.

„Линията на сърцето и линията на ума в човешката ръка представляват две почти успоредни линии, които са част от едно цяло. Те се движат противоположно: умът излиза от възвишението на Юпитер и отива към Марс; сърцето върви в обратна посока на ума. За да запазят своята успоредност, двете линии трябва да бъдат еднакво дълги, т.е. еднакво интензивни.“ [23] Линията на сърцето е тази, която започва непосредствено под основата на пръстите, започва под малкия пръст и се насочва към основата на показалеца. Нейната успоредна в обратна посока е линията на ума. „Ако линиите на ума и сърцето не са еднакво дълги, те ще загубят своята успоредност или ще се кръстосат, или ще се слеят. И едното, и другото говори за фаталност в човешкия живот.“ [23] „Ако

линията на ума слиза към Луната, човек става мистик, живее повече във въображението си и мисли да направи всичко, което желае. Ако линията на ума се качва нагоре към линията на сърцето, при Меркурий, човек проявява спекулантски способности.“ [23] „Ако линията на ума е по-дълга от линията на сърцето и надмине марсовото поле, човек става чрезмерно страхлив и скъперник. Същевременно той е много учен. Изобщо този човек е доста съобразителен. Ако линията на сърцето е много дълга, човек става голям идеалист. Той търси все идеални хора, но понеже живее в по-високите върхове, не може да ги намери.“ [23] „Ако линията на ума се удължава за сметка на сърдечната, чувствителността се намалява и човек постепенно губи топлината и влагата си, вдървява се и заболява от атеросклероза.“ [23] „Ако линията на ума е по-къса от линията на сърцето, ще правите опити чрез мисълта си да я продължите поне с един-два сантиметра. Тази цел трябва да ви занимава, когато боравите с трудни науки — математика, физика, философия, да уравновесите силите на ума и силите на сърцето си.“ [23]

„По линията на сърцето познаваме състоянието на стомаха, а по линията на ума — състоянието на белите дробове.“

„Ако линията на ума в някого се слива с линията на сърцето, бъди далеч от него. Опасно е, ако тези линии се сливат и на двете ръце. Каквото обещае този човек, нищо не изпълнява.“ [23]

„Когато ръката има преобладаващо успоредни линии, по характер този човек е независим, на никого не се подчинява. Успоредните линии са линии на разумността. Когато линията на живота в ръката е успоредна на другите две, такъв човек е крайно независим и свободолюбив.“ [23]

„Има случаи, когато линията на ума и тази на живота се пресичат. Този човек е готов да се подчинява на разумността. Пресичането на линиите показва, че човек се е намирал под някакво силно външно влияние. Той е благороден и отстъпчив.“ [23] „Казват, че е нещастен този човек, на когото трите основни линии — на ума, на сърцето и на живота, са слети заедно. Страшно е положението на човека, ако това сливане е и в двете ръце. Ако е само в едната, другата може да спаси положението.“ [23]

„С какво се занимава Христос на земята цели 33 години? Той внесе корекция, подобрение в линията на съдбата. Тя минава през средата на ръката и върви към средния пръст. Голямо нещастие е да липсва тази линия в ръката. Такъв човек е изложен на големи мъчнотии и неприятности в живота.“ [88]

„По линията на съдбата се определя щастието. Колкото по-развита е тя в човека, толкова повече приятели ще има той в живота си. Когато липсва, това показва, че дедите и прадедите ни са яли и пили, без да плащат, но вие като техни наследници ще работите, за да платите дълговете им.“ [81]

„Съдбата е изразена чрез сатурновата линия. Тя представя Божият благодат, който иде отвън.“ [88] „Ако линията на съдбата на някой човек съвпада с центъра на общото космическо течение, той е в общение с Бога, той е щастлив и добър. В такива хора линията на ума и на сърцето са балансирани.“ [88] „Ако линията на съдбата, т.е. на щастието, е добре развита, това показва, че сърцето е широко отворено и щедро.“ [88]

Колко много белези има човек по своята физическа същност, които разкриват духовното му състояние, характер, здравословно състояние, минало и бъдеще. Изискват се усилия и труд, за да се проучи човек изцяло, за да проникне поне малко в своето „АЗ“. Без такова знание обаче ние сме играчка в ръцете на съдбата и не можем да схванем защо имаме несполуки, болести, неприятности и нещастия. А най-малко можем да предприемем нещо разумно, за да ги преодолеем или отстраним.

Даже тонусът на мускулатурата ни, изразен в почерка на човека, подсказва характера и нервното му състояние. Графолозите могат да разчитат почерка и да познаят на кого е той.

„Когато пише меланхоличният, безсърдечният, той незабелязано изкривява реда надолу. Буквите му са тънки, едва се забелязват. Здравият човек има устои в ръката си, затова почеркът му е устойчив.“ [20] „Ако почеркът на човека все повече се изостря, това показва, че той става все по-нервен, все по-нетърпелив и по-дозрителен.“ [20]

Човек с уравновесен характер има правилен почерк, при който буквите са еднакво големи, правилно свързани, нито

дебели, нито тънки, а линиите на изреченията са хоризонтални и успоредни една на друга. Дребнавите, стиснатите хора пишат дребно и с тънки букви, докато щедрите, добродушните и отворени хора пишат с по-едри букви, добре закръглени или овални.

2.6.14. Краката на човека

„А нозете, това е великото, това са божествените добродетели.“ [38]

„Първото нещо, което се изисква от човека, е да държи в изправност краката си. Той не може да бъде добродетелен, ако краката му не са в изправност.“ [79]

„Краката са проводници на земните енергии.“

„Добродетелта е резултат на разумното използване на енергиите, които провеждат краката.“

„В школата никой няма право да слага краката си един върху друг.“ [56]

„Големият и малкият пръст на човешкия крак определят неговата умствена дейност.“ [24]

Днес учените установяват, че състоянието на отделните органи и системи от тялото на човека може да се определи както по дланите, така и по ходилото. Тези нови данни и изследвания потвърждават изразената от нас мисъл, че целостта на организма е отразена във всички негови съставки. Всеки орган и система има информация за състоянието на останалите. Затова Дънов казва: „Нашите анатомични системи, досега разделяни една от друга от традицията на XIX век, са в постоянна рутинна връзка една с друга.“ [285] Но не само това, и всяка клетка, от който и да е орган на тялото, има информация за състоянието на цялото тяло и неговите съставни части. Тази взаимност и универсалност в информацията е характерна не само за микрокосмоса, но и за макрокосмоса, защото, както казахме, в света властват три основни принципа, три основни закона: единство, универсалност и аналогия. Въз основа на тези закони всяка част от тялото, а и цялото имат пълна информация една за друга. Затова по състоянието и устройството на отделните части можем да съдим за състоянието и вида на цялото.

Относно краката трябва да отбележим, че те не трябва да бъдат по-къси от дължината на трупа на човека. Не трябва да са по-къси и от дължината на ръцете. У човекоподобната маймуна краката са по-къси от трупа и ръцете. И между хората се срещат индивиди с такава конструкция, която говори за елементарност в еволюцията и добродетелите. В структурата на българите често се установяват хора с къси бедра, поради което седалището стои по-ниско, а трупът изглежда относително дълъг. За значението на походката на човека говорихме в раздела „Движение".

2.6.15. Кожата на човека

„Колкото по-нежна е кожата на човека, толкова по-благородни са чувствата му." [121]

Кожата е органът, който е границата между околната среда на биосферата на природата и органите на тялото. Тя е посредник и проводник на енергии, влизащи и излизащи от тялото, тя е регулатор на тези енергии и защитава органите и цялото тяло от пряката атака на паразитите, бацилите, бактериите и вирусите на околната среда. Чрез потните си жлези кожата служи за освобождаване на тялото от отпадъчни вещества, а също така помага за регулиране на температурата му. Кожата има и мастни жлези, за да я поддържат еластична и да я защитават от влагата на атмосферата. Затова тя като покривна завивка на тялото трябва да бъде в изправност, чиста и с ненакърнена цялост. Видът на кожата и окосмяването ѝ подсказват много за интелекта и характера на човека.

„Ако раните ви заздравяват лесно, това показва, че мислите ви и чувствата ви са добри." [41]

„От потта на човека учените познават кой е добър и кой лош, или кой е учен и кой е прост. Потта на различните хора съдържа в състава си различни елементи и по тях се съди за степента на тяхната работа, интелигентност и т.н. И по слюнката на човека може да се познае дали той е добър, или лош." [79]

Като допълнителен отделителен орган, кожата изхвърля отпадъчни вещества от обмяната на веществата в тялото. Тези вещества по състав зависят най-вече от употребяваната храна. Но психическото и физическото състояние на тялото се отразяват върху състава на потта. Това е причината миризмата на кожната пот при отделните хора да е различна. Особено неприятна е миризмата на потта при хора, които консумират месна храна и особено консерви.

„Ако силата на обонянието ви се увеличи няколко пъти повече, вие не бихте могли да се движите спокойно между хората. Лоша, неприятна миризма излиза от телата на съвременните хора." [78]

Разбира се, миризмата на тялото зависи и от културата на човека, и от хигиената във всекидневието му. При съвременните цивилизовани хора къпането на цялото тяло е ежедневие. Сутрин много хора вместо да си мият лицето, изкъпват цялото си тяло. У нас все още се срещат случаи, когато познатите си честитят банята. Това са останки от миналото, когато изкъпването на цялото тяло е било голямо семейно събитие.

Изнесеното дотук за значението на тялото и неговите части ни подсказва, че организмът е още една забулена тайна за повечето съвременни хора. Невежеството е причина за лошото отношение на човека към собствената си физическа същност. Това води до нецелесъобразно използване на тялото, изхабяване на силите му и бавно и ранно изтощаване. Затова Дънов казва: „Смъртта на органите не идва отведнъж. Още преди това може да се забележи процесът на смъртта." „Човек остарява понеже в организма му не става вливане на енергия. В организма на младия човек става постоянно вливане на енергия от природата. Който може да хармонизира, да съгласува в себе си енергиите на втичането и изтичането, той може да се подмлади, да придобие вечния живот." [21]

Животът на съвременния човек е живот на изхабяването. Хората изчерпват енергиите на организма си за свое удоволствие и не му възвръщат това, което са употребили, нито с почивката, нито с храната. Целият живот на съвременния човек е изпитание за издръжливостта на тялото.

3. Лечебни методи — общи принципи

„За да вървите добре, всеки от вас трябва да знае своята най-слаба черта и да работи върху нея, да я развива, защото тя е вратата, през която влизат неприятелите му.“
[2]

Няма заболяване, което да не е последица от някакво нарушение на хармонизираните функции в тялото на човека. Даже при най-баналното и епидемично заболяване като грипа, което се счита за изключително инфекциозно, поради това че се причинява от вирус, наблюдаваме същото условие. Ако вирусът е единствената причина за това заболяване, би следвало при една грипна епидемия да не остане здрав човек в обществото. Грипният вирус се разпространява навсякъде и теоретично никой не е защитен от него. Следователно и тук трябва да има известна предпоставка, едно необходимо условие, за да се изяви болестта. Явно, че трябва нарушена хармония в организма, за да намери условие вирусът да се изяви. А такава нарушена хармония днес се намира почти у всички хора. Ние сме постоянно под влияние на капризите на нашите чувства, ум и воля. Съзнанието ни не се съобразява с жизнените сили на природата; умът ни не възприема разумните постъпки като необходимост, волята ни не е достатъчно силна, за да ни възпира от редица слабости, а чувствата ни са хаотични и неуравновесени. Следствие на това настъпва ден, когато компенсаторните сили на тялото се изчерпват. Външните патогенни дразнители (вируси и др.) намират тогава условия, за да се изявят.

Нека си зададем въпроса, може ли при такава предистория на заболяванията да очакваме чудотворно и бързо излекуване? Дългата предистория на заболяванията изисква и дълъг период за коригиране и хармонизиране функциите на организма. От това следва, че по-лесно ще е да се предпазваме от заболявания, отколкото да се лекуваме.

В окултната медицина се говори изключително за знание и опит, които да ни дадат указания как да се предпазим от заболявания. Затова П.Дънов твърди: „Да бъде здрав и силен, да чувства правилно и да мисли право — ето основното

към което човек трябва да се стреми." Или още: „Коренно може да се излекува един човек и от физическите, и от психическите си недъзи, само ако е заживял духовен живот." [187, 190] — „Да се лекува човек физически, това е лесно нещо, но „Азът" да се лекува психически, иска се духовна обнова." [190] Тези условия, поставени от П.Дънов, са всъщност профилактика на здравето чрез духовен живот.

Ще разгледаме в горния дух някои методи, дадени от П.Дънов, които, съобразени с нашата физика и съзнание, могат да ни предпазят от физически страдания.

3.1. Психическата уравновесеност и здравето

„Не трябва да се лекува тялото, без да се лекува душата." (Сократ [269])

Не може да се разглежда тялото отделно от състоянието на душата и духа на човека. Не може да се лекува успешно тялото, ако не са хармонизирани чувствата, умът и волята на човека. Затова П.Дънов казва: „Колкото по-малко светлина има човек в мисълта си, толкова по-големи са възможностите му за заболяване. Всяка болест се дължи на недостатъчна светлина в ума, на недостатъчна топлина в сърцето или на недостатъчна сила в организма. Когато светлината, топлината и силата намаляват, болестите идват." [54] Но ние просто прахосваме неразумно светлината, топлината и силата на нашите духовни качества. „Светът нищо не дава, той само взема, черпи жизнените сокове на съществата." [153] „Като се говори за самовъзпитанието, първата работа в тази насока се отнася до тялото, което трябва да бъде и да се държи в изправност." [24] „Колкото повече се отдалечава човек от естествения живот, толкова по-големи са възможностите за неговото заболяване." [154] „Човек трябва да познава себе си, но не и да се бори със себе си." [56] „Освен хигиена на физическия живот има и хигиена на психическия живот. Тя включва в себе си три елемента: мисъл, чувство и действие... Една мисъл е хигиенична, когато пламъкът или светлината ѝ никога не намаляват. Чувството, което никога не губи интензивността си, е хигиенично." [24] „Всеки тряб-

ва да се стреми към единство на съзнанието, като метод за лекуване, като метод за работа върху себе си. От каквато болест да заболеете, достатъчно е да възстановите единството на съзнанието си, за да се дигнете от леглото си здрав и бодър.“ [3] Единството на съзнанието се постига, когато сме в състояние да проследим постъпките и поведението си, да насочваме ума си към знание, както и да владеем волята си. Когато успеем да направим това, ние вече осъзнаваме своите грешки, виждаме причините на заболяването си, както и начина на излекуването. П.Дънов напомня, че едно време учениците в окултната Питагорова школа са минавали през изпитания, за да се каляват, да дойдат до положение лесно да трансформират състоянията си. [4]

„Всеки човек, който иска да бъде здрав, непременно трябва да води чист живот. Чистотата е необходима за човешкия ум.“ [15] „Ако не възпитавате тялото си, всяко друго възпитание няма да ви ползва“ [14] „Значи за изграждането на своя характер човек трябва да използва всичко, което се изпречва на пътя му. За тази цел трябва да използва всички външни и вътрешни прояви на своето естество.“ [18] „За да може човек да се повдигне, да живее в по-рядка среда, да извършва всичките си работи при най-малко съпротивление, той трябва да води добър живот.“ [18]

Като най-добър сътрудник при разпознаване на доброто и злото в живота, служи интуицията на човека. Тя трябва да се усвоява и развива. Именно това твърди и П.Дънов, като казва: „Ако човек се остави свободно, с пълно доверие на своята интуиция, той ще има добри резултати в живота си, отколкото, ако действа изключително по своя ум.“ [18] Интуицията е онова вътрешно, непринудено усещане, предчувствие, появило се в момента, когато се появява наше желание, намерение, чувство или порив, да започнем някакво действие, постъпка или работа. Това предчувствие е положително, когато усещаме облекчение, лекота, подтик за реализация на желаното. Това предчувствие често се усеща в областта на слънчевия възел.

За усилване на интуицията се изисква волево, съзнателно разтоварване от всички странични и ненужни чувства, пориви, мисли и др., които владеят в момента нашето съзнание.

Това ще рече целенасочена концентрация на мисълта. Такова волево самовглъбяване е изключително полезно при редица заболявания. То действа обезболяващо и подсилва защитните сили на организма. Един прост пример за това. Когато детето се удари силно и започне да плаче, ако майката успее да му отвлече вниманието с нещо интересно, то престава да плаче, защото забравя болката. Ето защо: „Човек трябва така да се владее, че да не трепва. При всички изненади, той трябва да е тих и спокоен." [20] „Умът знае причините за болестите, но не може да ги лекува. Душата лекува болестите. Достатъчно е да пожелаете тя да излекува една болест, за да постигнете желанието си. Умът се проявява повече външно, а душата — вътрешно." [24] Това е изключително вярно, тъй като в повечето случаи хората знаят слабостите и грешките си при нарушаване на физическото си здраве. Душевно обаче не са убедени, че трябва да се откажат от тези слабости. Докато душата и съзнанието не се включат при лекуването, мъчно се постигат добри резултати.

П.Дънов дава следните съвети: „Пазете се от мисли, чувства и желания, които опиват и разстройват организма. Пазете се от желания, които опропастяват човека и го изкарват от релсите на живота." [41] „Работете върху себе си, да се самовъзпитавате, да станете господари на своето тяло, на своя ум и на своето сърце." [41] „Като изучава методите за трансформиране на състоянията си, човек трябва да прониква в трите свята: физическия, сърдечния и умствения." [42] „Магията седи в това, да знаеш на всеки удар, на всяка горчивина какви елементи да противопоставиш. Всяко състояние в човека, лошо или добро, може да се смени." [42] „Човешкото тяло е голям параход, пуснат в житейското море. Капитанът му трябва да бъде разумен, да не го излага на опасности, защото трябва да плаща за всяка повреда." [43]

„Искате ли да бъдете здрави, научете се да не виждате отрицателните и криви прояви на хората. Затворете очите си за всичко, което ви се вижда неправилно, било то в природата или в живота." [43] „Като изучавате себе си, както и ближните си, виждате, че сегашният човек живее повече в своето минало. Ето защо, докато не се освободи от миналото си, той не може да приложи новото." [44]

„Всеки ден замествайте нереалните си мисли и чувства с реални. Освободете се от илюзиите на живота, за да влезете в реалността. Илюзиите не дават нищо на човека. Замествайте фалшивите неща с истински, преходните и нереалните с реални. Това изисква новият живот от всички хора.“ [50] — „Животинското естество в човека не може да се възпитава, нито да се облагородява. Колкото и да се възпитава, в края на краищата, ще прояви естеството си.“ [51] Обаче: „Добродетелта е качество, което човек сам може да си изработи. Търпението, кротостта, въздържанието, самообладанието, проницателността са качества, които човек сам може да изработи.“ [53] „Всички страсти, които бушуват в човешкото тяло, трябва да се победят по един или друг начин.“ [70]

„Сега човек трябва да се заеме с възпитанието на своята плът, а не на своето тяло. Тялото не се възпитава, то е по-умно от човека. Това, което хората наричат плът, представлява безброй желания, които могат да се уподобят на обикновени семенца, попаднали в някаква почва. Желанията на плътта нищо не ползват човека, те трябва само да се обуздаят.“ [75] „Вие трябва да познавате своето тяло, заедно с него всичко, което е вложено в него; вие трябва да познавате вашите мисли и чувства, без които не можете. В тялото обитава от време на време душата. Тя създава етеричната обвивка на тялото.“ [75] „Когато се намерите пред някакво страдание или някаква болест, не философствайте много, защо и как е дошла болестта, но отправете ума си към Бога, към своята интуиция и оттам ще получите съвет какво да правите. По-добър лекар от интуицията няма.“ [76]

„На какво се дължат всички болести? — Те са резултат на една вътрешна дисхармония в живота. Болестите показват пътищата на вашето отклонение от великия Божествен живот или от правата мисъл. В основата на всяка органическа болест лежи една психическа причина.“ [83] „Пазете чистотата на своето сърце. Пазете чистотата на своя ум. Докато сте чисти, всички извори на вашия живот ще текат правилно.“ „Земята е училище, а не място за удоволствия. Не съзнава ли това, човек е изложен на ред страдания и противоречия.“ [105] „Да оздравее човек, това значи, да се освободи от вътрешното недоволство в себе си. Той е недоволен първо от себе си,

от окръжаващите, от живота; после той е недоволен от природата, от ветровете, от слънцето, от дъжда — от всички явления. Вътрешното недоволство вкисва човека, а вкисването е причина за много болести.“ [126]

„Какво се иска от човека? — Да яде умерено и навреме; да ляга и да става навреме; да върши работата си навреме. Съвременните хора страдат от краен безпорядък.“ [156] „На човека му е отредено да живее 120 години. Че умираш по-рано, това значи, че си бързал.“ [158] „Болестите са вашите барометри. По тях се съди до где сте стигнали и какво ви липсва. Докато минавате още през болестите, благодарете на Бога и молете се да ви помогне, да разберете какво ви липсва.“ [88] „Болестите са човешко изобретение. Единственото нещо, което от хиляди години насам човек е могъл да създаде, това са болестите. Големи усилия е употребил той, докато ги създаде.“ [147] „Казвам: докато човек е на земята, ще работи най-малко два часа физическа работа, три-четири часа ще работи за сърцето си, пет-шест часа — за ума, за душата, за духа и след това ще мисли за ядене и пиене.“ [76] „За да не изопачите мускулите на лицето си и правите линии, които природата ви е начертала, стремете се към вътрешно доволство, към добро разположение на духа.“ [23] „Каквато храна употребява човек, такъв е характерът му. Както външната среда оказва влияние върху характера и развитието на организмите, така и храната им влияе.“ [23] „Малко хора имат предвид всички органи на тялото си. Едни се интересуват повече от очите си, други — от ушите, трети — от ръцете, и т.н. Благодарение на този частен интерес, те пренебрегват нуждите на целия организъм, вследствие на което се явяват различни болести.“ [43]

Психиката и душевността на човека са всеобхватни, неизчерпаеми в своите прояви и са извор на състояния, които не могат да се опишат напълно. Би трябвало всеки сам индивидуално да ги проучи и осъзнае, за да може да си изясни своите индивидуални характеристики, заболявания, трудности и страдания. Има обаче два важни фактора в психиката и душевността ни, които не трябва да отбягваме. Това са вярата и мисълта. Те са мощни фактори за възстановяване хармонията в човека.

3.2. Вярата и здравето

„Първото условие за лекуване е вярата. Без вяра човек мъчно се лекува." [107]

„Единственият метод за лекуване на различните болести се заключава в превръщане на енергиите на човека от низходящи във възходящи. Вярата е средство за урегулиране на подпушените енергии в човека." [20] „Христос никога не се е заемал да лекува безверници или хора убийци и престъпници. За такива хора изцеление няма. Много религиозни хора искат да лекуват болния без разлика на това, вярват ли или не в Бога. Божието Слово не се отнася до хора грешни, безверници и убийци. [79] „Имате ли вяра и любов към Бога, без никакви колебания и съмнения, каквито болки, страдания и противоречия да имате в живота си, те моментално ще изчезнат. Велика сила се крие в човека, който има любов към Бога. Този човек е в сила да се излекува сам с поставяне ръката си върху болното място или парализирано място." [88] „Когато заболеете от нещо, за пример — главоболие, коремоболие или ревматизъм на краката, на ръцете, приложете следния метод: поставете дланите на ръцете си на болното място и кажете: аз живея за Бога." [107] „Във всеки човек, във всеки болен има скрити сили, които трябва да се събудят. Можете ли да събудите тези сили, положението на болния се подобрява естествено." [118]

П.Дънов дава следния пример: „Влязох в стаята на болния. Виждам, че се е пренесъл нещо, но устата му шепнат молитва. Наведох се близо, и чувам да шепне: „Господи, върни ми живота. Ако оздравея, обещавам да Ти служа, да изпълня Твоята воля." Като чух, че се моли, казах на сестрата: „Не се страхувай, още утре болният ще бъде по-добре. Щом се моли, той няма да замине. Наистина още на другия ден братът беше по-добре." [144]

„Ако казвате, че имате вяра, а не можете да лекувате наймалките болки, вярата ви не е силна. Тя е в зародиша си. Имате някаква пъпчица на ръката (кокоши трън). Направете опит да я махнете със силата на вашата мисъл, със силата на вашата вяра. Направете един малък кръг около пъпчицата си и концентрирайте мисълта си към нея. Ако пъпчицата не се мах-

не след време, направете втори, по-голям кръг. Ако не успеете, направете трети, четвърти, кръгове, по-големи от първите. Ако и при това не успеете, причината е или в мислите, или в чувствата, или във волята ви.“ [79]

3.3. Мисълта и волята при здравето

Мисълта е висш фактор в живота на човека. Тя е характерна за човека като най-висша биологическа форма на земята. П. Дънов казва, че мисълта е единственото нещо, което човек запазва, след като замине за духовния свят. Следователно мисълта е творческа изява на човешкия дух. Чрез мисълта си адептите и йогите извършват чудеса.Те могат да диктуват функциите на всички органи на тялото си. Мисълта играе съществена роля при молитвата. „Докато се моли, човек трябва да бъде напълно съсредоточен, нищо да не чува и да не вижда около себе си. Мисълта и молитвата подразбира пълна концентрация.“ [181]

„Когато се молите тайно в себе си, трябва да вземете свободно положение, да прекъснете всякаква връзка със света, да станете глухи за всякакъв шум, за всякакви звуци, вън и вътре във вас. Медитацията и тайната молитва не е едно и също нещо. Тайната молитва подразбира повдигане на ума, на човека към Бога.“ [1] „Ако някой заболее, нека съсредоточи мислите си към болестта и да я изпъди от себе си. Не може ли по този начин да се освободи, той не трябва да лежи, да се поддава на болестта. Да прави разходки, движение. Болестта намира благоприятна почва у страхливите.“ [75]

„И така, за да може човек да се справи с всички свои енергии в себе си, били те положителни или отрицателни, той трябва да изучава закона на концентрацията. Да контролира човек енергиите, които минават през него, това значи разумно да ги използва. Като изучава закона на концентрирането, човек трябва да прави опит, да съсредоточава погледа си върху някой предмет, без да мигне с очите си. Правете този опит, като започнете от една минута и постепенно увеличавате.“ [20]

„Чрез концентрация на мислите си, вие можете да си по-

могнете при различни болезнени физически и психически състояния." [21] „Има хора, които чрез мисълта си отиват на разстояние стотици и хиляди километри. С помощта на своята мисъл те могат да лекуват болни от разстояние, без никакви лекарства. Мощно нещо е мисълта." [23]

„Чрез силата на волята, подкрепена от ума и сърцето, човек проявява способността си да превръща низшето в себе си във висше, неблагородното в благородно." [31] „Чрез усилване и възпитание на волята си, човек може да се справя с всички лоши навици, с всички свои недъзи, които е придобил чрез влияние от силни и учени хора." [42]

„Волята се усилва чрез постоянни упражнения... Човек трябва да работи съзнателно върху себе си, да възпитава волята си. Той трябва да знае, че материята на физическия свят се подчинява на човешката воля." [42]

„Човек не може да бъде силен в двата свята; за предпочитане е тогава да бъде силен в духовния свят. Когато волята на човека е силна в духовния свят, той може да се справя и с физическите си недъзи." [42]

„Когато волята ви взема участие, вие можете да се лекувате. При участие на волята вие можете да стоите с часове вън на студено, с тънки дрехи, без да се простудявате. Правете опити да се лекувате мислено, с участие на волята, за да се калите и да видите доколко волята ви е силна." [42]

Алдър Джери съобщава, че физикът Хоукинг се разболява от неизлечима болест — амиотрофна латерална склероза, или още болестта на Лоу Геринг, и то когато бил още на 20 години. Болестта прогресивно се развива и в срок от няколко години би трябвало да отнеме живота на физика. Но Хоукинг започва да работи интензивно върху голямата единна теория на Алберт Айнщайн и тогава болестта забавя развитието си. Днес физикът Хоукинг е на 46 години, макар и парализиран и без говор, той работи интензивно и изнася лекции в Кембридж-Англия. [238]

„Работете за идване на новото в света. Новата мисъл, новото разбиране ще ви тонира, ще оформи вашите органи. Очите, ушите, устата, носът на съвременните хора още не са установени по божествените закони. В продължение на 10 години човек може да преобрази своите уста, очи, нос, да

по-добри линиите на тялото си; да по-добри целия си живот.“ [49]

„Ученикът трябва да се концентрира, да развива мисълта си, но не по начина на йогите. Аз давам методи, които са свързани с най-малки рискове за човешкия ум. Те са методи на живота, методите на разумната природа. Методите на йогите обаче са свързани с големи рискове.“ [78]

„Кабалистът казва: мисълта е в състояние да видоизменя вибрациите на човешкото тяло. Когато човек заболее, вибрациите на неговото тяло се понижават. С мисълта си, обаче, той може да повлияе и повдигне вибрациите на тялото си и от низши да ги превърне във висши. Щом постигне това, той вече се е излекувал.“ [81]

„Всяка сутрин трябва да употребявате около 20-30 минути да размишлявате, да правите упражнения върху самообладанието, да владеете органите си, да укрепвате вашата нервна система.“ [82]

За да изпитате волята и мисълта си, направете следния опит. При изгаряне на ръката или крака си на огън веднага започнете да греете обгореното място пак на огъня. Разбира се, от подходящо разстояние, за да можете да издържите на болката, която в случая е много силна и на пръв поглед непоносима. След 5-10 минути търпение и огряване на обгореното място се отдалечете от огъня. След този сеанс болката изчезва и най-важното, на това място не се получават обичайните мехури на кожата, както при изгаряне. Обгореното място остава само леко чувствително при допир. След 24 часа вече нямате признаци за изгаряне. Велика сила е човешката мисъл и воля.

„Самообладанието е необходимо за всеки човек, особено много за окултните ученици. Без самообладание ученикът не може да се развива.“ [105]

„Ако проследите положението на болните, ще видите, че три фактора вземат участие в оздравяването им: природата, лекарят и самият болен. Природата дава на човека 50%, лекарят — 25%, и болният — 25%. Последен има обаче думата болният. Ако той не вземе участие в лекуването си, помощта на природата и на лекаря ще пропадне.“ [42]

3.4. Физическото движение и здравето

„Днес много хора умират преждевременно, защото не се движат." [181]

„Всички движения на окултния учен трябва да бъдат волеви и съзнателни." [180] При хармонични и волеви движения мисълта на човека е по-силна. Аристотел сам отбелязва, че мислите му стават по-живи, когато тялото е загрято при движение. Уроците си той преподавал, разхождайки се заедно с учениците си. [269]

„В продължение на една седмица правете гимнастически упражнения, както и упражнения за дишането, с вяра и любов, да видите резултатите." [153]

„С упражнения ще помогнете на организма си да възстанови равновесието на нервната си система и премахнете дисхармонията, която съществува във вас." [6]

„Движението е първата изява на живота" — казва П.Дънов. В действителност, движение намираме навсякъде във вселената и природата. Движение има в структурата на микрочастиците на материята — в атомите, в молекулите, в кристалите и т.н. Движение има във всички структурни части на биологичните форми — клетката, органите и организмите. Движение има във всички съставни части на вселената и самата вселена и т.н.

Явно, че движението лежи в основата на жизнените и творческите сили на света.

„Когато сте неразположени за нещо, движете се. Достатъчно е да извървите един-два километра път, за да се успокоите." [24]

„Който желае да се стреми към природата, да се свърже с нея, нека всяка сутрин, особено през месец Май, да става рано и да излиза на разходка, на чист въздух, преди да е изгряло слънцето." [31] „Софиянци трябва 4-5 пъти да възлизат на Витоша лятно време, да посетят всички водопади, да възлязат на Мусала и на Белмекен. Тези екскурзии са стимул, който ще развие ума и сърцето на човека." [37]

„Физическата работа е един метод, чрез който се възприемат енергиите от земята. При обработване на земята става едновременно обмяна между тялото и енергиите на земята."

[60] „Съвременните хора страдат от неизлизане сред природата. Ние сме осъдени хора, затворници. Мислите ли, че едно здание от 4-5-10 етажа е здравословно? Във всяко едно здание се развиват разни болести.“ [70]

„Във физическо отношение човек не трябва да бъде пълен, но здрав. Мускулите му да са стегнати, костите здрави, та като ходи, да ви е приятно да го гледате.“ [72] „Значи, за да развива човек мускулите си, той трябва да прави упражнения, които да му оказват известно съпротивление. Без съпротивление ръцете винаги остават слаби, пасивни.“ [79]

„Дръжте тялото си винаги изправено. Гръбначният стълб трябва да бъде всякога в посока перпендикулярна на центъра на слънцето и центъра на земята.“ [104]

„Когато човек се качва по планинските върхове, в това той вижда нещо добро, към което се стреми. Тъй щото, когато човек се качва по планинските върхове, той живее добре, стреми се към доброто, той е добър човек. Добрите хора са планинци, те се катерят по планинските върхове.“ [146] „Движението по високите планини подобрява състоянието на дихателната система. Ето защо, който иска да подобри положението на дробовете си, той трябва да се качва по високите места. Щом подобри състоянието на дихателната система, едновременно с това той придобива по-голяма възможност за духовен живот. Ето защо от древни времена досега, всички хора, които са работили и работят духовно, всякога посещават високите планински върхове.“ [147]

„Когато човек тръгне някъде, първо трябва да постави десния си крак напред, а после левия. Освен това той трябва да стъпва на пръсти, а не както някои стъпват на петата, а после на пръстите си.“ [115]

„Щом подобрите дишането и чувствата си, подобрявате и състоянието на нервната и симпатичната система. Това се постига чрез систематично изпотяване. Ето защо, през летния сезон, направете 20 потни бани в продължение на 20 дни. След всяка баня пийте по две чаши гореща вода, облейте се с топла вода и се преоблечете.“ [25] „Добре е да правите частични измивания на тялото. Понякога те са за предпочитане пред целите бани.“ [128]

„Чрез носенето на вода, неусетно, в организма се внася

малко влага, малко магнетизъм, който неутрализира разрушителното влияние на електричеството, особено в слабите хора, в сухите натури. Носенето на вода е подготовка към устойчив живот. Тъй щото ходете по десет пъти на ден за вода, но не бързайте. Това упражнение ще даде добри резултати."

„Едно лято изведох на Мусала една група от 100-120 души, между които имаше момчета и момичета на 10-15 години, младежи на средна възраст и една сестра на 72 години. На върха прекарахме цели 4 часа. Върнахме се бодри и весели. Сегашните туристи, като се качват по планините, пият студена вода и заболяват. Хората ни се смеят, че пием гореща вода, но ние не обръщаме внимание на това. Ако една 72-годишна сестра може да мине трудния път до Мусала, а именно през Бистрица, през южната страна на Мусала, и да се върне през Боровец, това показва, че разумно е използвала правилата при пътуването." [62] „В София правих други опити. Извеждам повече от 20 души на Витоша, в най-големия сняг, и се качваме на височина 1500-1600 метра (на Ел Шадай). През целия ден прекарваме на снега и никой не се разболява." [163] На възраст 80 години П.Дънов прави екскурзии всеки ден от София до Витоша. Той казва: „Ето това лято не правих екскурзии и сега мъчно ходя. Но казвам си: ще ходя. Като ставам сутрин, виждам, че съм отвикнал, но тръгвам, за да бъда полезен на себе си и на другите." [156]

„Питат ме защо ходя на Витоша. Ходя да се изпотявам, да изхвърлям нечистата пот, за да държа отворени седем милиона пори в организма си." [156]

„Не може да се радваш на нормален физически живот, ако не знаеш как да дишаш, ако не знаеш как да ядеш и ако не знаеш как да се движиш. Можеш да дишаш добре, но ако не се движиш, ще умреш." [126]

Движението е мощен стимулиращ фактор за подобряване функциите на всички органи в тялото. Чрез подобрената обмяна на веществата в мускулите се повишава обмяната в мускулите на сърцето, на дробовете, коремните органи, на ставите и най-важно на централната нервна система. Всичко това стимулира и подсилва защитните системи на тялото.

3.5. Дишането и здравето

„Ще дишаш дълбоко, да ти е приятно, да се чувстваш разположен. Каквото приемаш от въздуха, благодари за това. Въздухът е дихание на Бога." [154]

„Много неща съм ви говорил досега, но малко сте изпълнили. На какво разчитате? — Говоря ви за дишането, но вие не дишате. Казвам: важно е да си здрав. Ще бъдеш здрав, ако дишаш правилно." [154] Тези съвети за дишането Учителят П.Дънов дава по-малко от година, преди да прекрати земния си живот. А от това можем да извадим извода, колко важно за здравето е правилното и дълбоко дишане.

„Вие дишате с прекъсване, това е неправилно, трябва да се освободите от това. Ако дишате така, ще ви сполети някое нещастие." [162] „Вярата има връзка с ритмично дишане. Затова индусите се стремят да дишат ритмично, когато искат понякога да регулират своята мисъл, отгоре надолу." [162] „Като пръв метод за проява на волята е прилагане закона за трансформиране енергиите в организма чрез белите дробове." [3] Дихателният рефлекс е подсъзнателен процес, но при усилие на волята и тренировка може да се подчини на съзнанието на човека. В такъв случай ще можем да задържаме дишането си при необходимост или да го съгласуваме с физическото си натоварване. Затова П.Дънов съветва: „При движение на краката си трябва да спазвате същите вдишвания и издишвания. Когато организмът е в нормално състояние, при стъпване напред се вдишва, а при свиването на крака и отдръпването му назад се издишва." [6] Тази ритмична съгласуваност на дишането с походката е от съществено значение при изкачване на височините в планината. Успеем ли да осъществим тази ритмичност, няма да почувстваме умора, още по-малко усилена дейност на сърцето.

„Ако иска, например, да развива тялото си, човек трябва да се свърже с дихателната система. Тя е най-мощното средство в човека. Каквото е дишането на човека, такива са и неговите мисли и чувства. Значи мисълта, чувството и дишането са синоними. Правилното дишане подразбира права мисъл, чувства и действия. Правилното дишане на човека е ре-

зултат на правилен, разумен живот, който е водил в ред поколения насам.“ [20]

„Иска ли да регулира кръвообращението си, човек трябва да поеме дълбоко въздуха, да го задържи известно време в дробовете си и после бавно да го изкара навън. При дишането трябва да вземат участие и коремните мускули, да дават тласък, напрежение на въздуха. Добре е човек да поеме въздух първо с лявата ноздра, като брои бавно от 10-15, после да я запуши и да задържи въздуха в дробовете си 30-40 секунди, след това да издиша бавно, ритмично. Когато поеме въздуха през лявата ноздра, дясната трябва да бъде запушена, а когато задържа въздуха в дробовете си, и двете ноздри трябва да бъдат запушени. Правете това упражнение по три-четири пъти на ден.“ [21]

„Колкото повече въздух поеме човек, толкова повече прана влиза в дробовете му. От дробовете праната прониква в целия организъм. Колкото по-дълбоко диша човек, толкова по-лесно може да се концентрира.“ [21]

„Ти живееш и дишаш. В този смисъл дишането е един процес на живота. Ако не дишаш, не може да живееш. Ако светлината не влиза в очите ти, не може да мислиш. И мисълта е процес на живота. Яденето също така е такъв процес. Без светлина, вода, въздух и храна няма живот.“ [48]

„Повечето хора дишат с горната част на дробовете си. Това е плитко дишане. При такова дишане човек бързо поема въздух и бързо го изпуща. За да бъде здрав човек, трябва да диша дълбоко, да поема въздух с целите дробове.“ [104]

От физиологична гледна точка се констатира, че жените дишат предимно чрез мускулите на гръдната клетка (гръдно дишане), а мъжете чрез мускулите на диафрагмата си (коремно дишане). И в двата случая не се изпълват целите дробове с въздух. Затова трябва да се привикне да се диша едновременно с гръдната клетка и диафрагмата.

„Дишането е първото условие, което предава на човека известни добродетели. Дишането е мярка за определяне степента на човешкото развитие.“ [108]

„Ще дойде ден, когато човек ще диша не само чрез дробовете си, но и чрез цялото тяло. Всички клетки на тялото ще приемат въздух отвън.“ [108]

„Тъй щото не мислете, че е невъзможно да задържате дишането си половин час и повече. Това е невъзможно да стане наведнъж, но е възможно постепенно. Човек трябва да започне да задържа въздуха в дробовете си от 20 секунди и всеки ден да увеличава по няколко секунди.“ [108]

3.6. Храненето и здравето

„Яденето е предговор на физическия живот. Тъй както предговор на духовния живот е музиката, а предговор на Божествения живот е молитвата.“ [178]

Слънчевата светлина, чрез фотосинтезата на растенията, ни дарява с най-необходимите хранителни вещества: въглехидрати, мазнини и белтъчини. Всичко, що консумираме, е дар от слънцето. Последното е следователно действителният предговор на физическия живот.

„Яденето, храненето е основната религия, която се поддържа от всички живи същества, от най-малките до най-големите.“ [185] „Но всяко същество използва храната, която му се дава, според степента на неговото развитие.“ [187] Това ще рече, че в животинското царство, където има селекция на храната, според вида и рода на същото, то при човека има пълна свобода за избор на храната. Но и тук всеки според вкусовите си наклонности, желания, разбирания, мироглед, духовно развитие си подбира храната. Затова има толкова много видове диети, начини за приготовления на храната, че често от хранителността ѝ не остава никаква следа. Затова П. Дънов казва: „Днес повечето хора умират от преяждане, отколкото от глад.“ [56] „Здравият яде умерено и с разположение и стомахът му всякога е в изправност. Здравият никога не преяжда. Колкото сладко да му е яденето, щом дойде моментът, когато изпитва най-голяма приятност, той спира — винаги оставя място в стомаха си поне за още 20 хапки.“ [20] „За да превърне лошите си състояния в добри, за да избягва мрачните състояния на духа си, човек трябва сутрин да закусва след изгряване на слънцето.“ [21]

„Преди всичко храната трябва да се задържа по-дълго време в устата, за да може част от енергията да се всмукне от езика.“ [22]

Устната кухина, със лигавицата си, е мощен фактор за възприемане на най-фините съставки на храната (микроелементи, хормони, витамини, ензими и др.). За доказателство нека си припомним действието на нитроглицерина при болестта гръдна жаба (ангина пекторис). Лекарството се поставя под езика в момента на пристъпа, последният за миг отзвучава и състоянието на болния се подобрява. Явно, че тук вземат участие и окончанията на вегетативната нервна система.

„Преди да започне яденето, съсредоточете мисълта си към храната, която природата ви е дала, като велико благо в живота. Като ядете, стремете се да дъвчете храната добре. Никакво бързане не се позволява.“ [22]

Съсредоточаване на мисълта върху храненето позволява на организма да подготви храносмилателния тракт към поднесената храна. Тази подготовка се извършва посредством сетивните ни органи. Чрез сетивата вегетативната нервна система влияе на слюноотделянето, на секрецията на стомашната лигавица, на секрецията на подстомашната жлеза, на функцията и жлъчеотделянето на черния дроб, както и на цялата функция на чревния канал.

„Да сдъвчеш една хапка хляб правилно и да я приемеш в организма си, това е велика работа.“ [23] „Лакомството и чрезмерното желание на човека да се удоволства чрез храната разстройва стомашната система. За да не изпадате в такова състояние, дръжте храносмилателната си система в изправност — от нея зависи благосъстоянието на човека във физическия свят — първото стъпало на живота.“ [24]

„Какво представлява храносмилателната система? Основа на физическия живот. Първото условие при храненето е дъвкането. Който яде без да дъвче храната, съкращава живота си. Човек трябва да гледа на храненето като на свещен акт.“ [24] „За закуска сутрин трябва да употребявате половин час, за обед — около 40-50 минути, и за вечеря — пак половин час.“ [24]

„Яденето ще ви даде здраве, пеенето — щастие, а молитвата — блаженство.“ [38]

„Храносмилателната система се отразява върху кръвообращението; кръвообращението се отразява върху дихателната система; дихателната система се отразява върху нервната система, а тя — върху мозъка — седалището на мисълта.“ [47]

„Главното правило при яденето — никога не яж при неразположение. При това ще ядеш само ако си гладен. Здравословно е да се яде с разположение, т.е. да чувстваш удоволствие при яденето. Никакво бързане при яденето.“ [60] „Учените не са направили още анализ на стомашния сок и на кръвта на човека, когато той се храни при добро разположение на духа и когато се храни неразположен — гневен. Има разлика в състава на кръвта и стомашния сок при първия и втория случай.“ [84]

„Физическата храна трябва да бъде разнообразна, но и природосъобразна. При това колкото по-високо стои човек в развитието си, толкова по-чиста храна трябва да употребява.“ [107] „Човек има интуиция каква храна да яде и каква вода да пие. Човек има интуиция, която му подсказва, дали храната, която яде, е добра или не. Следователно обърни се към интуицията си.“ [145]

„Има неща, които са вредни за едни същества, а полезни за други. Вземете например идеята за месоядството и тази за вегетарианството. Месоядците казват: месото е полезно за нас, а растителната храна не е полезна. Вегетарианците казват обратното. Питайте животните, които се колят за храна на хората. Те ще кажат, че хората трябва да бъдат вегетарианци. Кой е най-силният аргумент на вегетарианците, че не трябва да се яде месна храна? — Те казват: понеже и животните, както хората са грешни, живеят с известни страсти и лоши качества, всичко това внася в организма им отрови, които се отразяват зле върху организма на човека. Значи месната храна се отразява зле върху човека при сегашното му развитие. Съвременната медицина констатира, че неврастенията у сегашните хора се дължи на чрезмерната употреба на месо. Единствената здравословна храна за сегашния човек е растителната — тя смекчава неговото грубо естество.“ [15] „Вие виждате при това, човекът създаден по образ и подобие Божие, че няма силата и характера на гълъба да си избере поне

съответната вегетарианска храна. И ние, съвременните хора, умираме от неестествената храна, която употребяваме. И ще видите, че някой човек яде кокошки, птици, прасенца, агънца и тем подобни и мисли, че с тази храна ще влезе в Царството Божие. Кракът му не може да стъпи там.“ [175]

„Бог направи човека да се храни с плодове, а вие ядете месо. Месната храна внася такива отрови във вашия организъм, че днес той представлява сбор от нечистотии.“ [37]

„Месоядството и вегетарианството не стоят само в това да не ядем месо, както сега го разбират; то е буквата на закона. Месоядец е всеки, който не изпълнява Божия закон.“ [39]

„Който иска да влезе в расата на Любовта, трябва идейно, по убеждение да се откаже от месото. Човек трябва да пресъздаде своя организъм. Ако не може да направи това, дълго време ще живее с подбудите на животните.“ [61] „Кой богаташ, като се е хранил цял живот с печени пуйки и гъски е станал философ, учен или светия? Ако искаш да останеш обикновен човек, можеш да се храниш с печени пуйки и гъски, но ако искаш да станеш учен, светия или философ, забранено ти е да се храниш с тях и да живееш охолно. Христос казва, че разумният живот не е в изобилието и охолството.“ [62]

„Сега всички ония от вас, които са вегетарианци, нека ме разберат добре, да не стават фанатици. Под „вегетарианска“ храна аз не разбирам чисто растителна или строго плодова храна. Но под „вегетарианска“ храна бих нарекъл храната на съпоставянето, храната на разумния живот. Вегетарианска храна наричам онази, чиито трептения напълно съответстват с трептенията на нашите мускули, т.е. на органичната материя.“ [80]

Тук Учителят П.Дънов набляга на обстоятелството, че вегетарианската храна не е строго растителна или плодова, а тази, която съответства на нуждите на организма. Следователно не може да ядем еднотипна храна, в която няма достатъчно мазнини и особено недостатъчно белтъчини. Последните трябва разумно да се набавят чрез ядкови храни, млечни продукти и яйца. И П.Дънов казва: „Окултният ученик трябва да отбягва еднообразната храна. Някой се подлага например на картофен режим. Цял месец се храни с картофи.

Какво ще му допринесе тази храна? Друг се храни цял месец само с череши. Трети — само с грозде. Това не е правилен начин на хранене. Когато Бог създаде човека, каза му: „Ще ядеш от всички плодове в тази градина, само от един плод няма да ядеш — от плода на дървото за познаване доброто и злото.“ Така и ние, от всички плодове ще ядем — от забранения плод няма да ядем. Винаги трябва да разнообразявате храната си, защото всеки вид храна съдържа специфични енергии, необходими за организма ви.“ [83]

„Месната храна сега не е хигиенична и представлява неблагоприятно условие за човешкото развитие, защото вибрациите на тази храна са от друг род, несъответстващ за хората. Аз говоря за онези хора, които от научно гледище трябва да си избират храната, която подхожда на тяхното развитие. Другите хора могат да употребяват каквато храна искат.“ [88] „Храненето може да се разгледа от гледна точка на много становища. Първо, от духовна страна, второ, от морална страна, трето, от физиологична страна, четвърто, от химиобиологична страна. Месоядството, анализирано от страна на тези четири становища, отстъпва далеч зад вегетарианството и плодоядството. Разбира се, и тези диети имат своите проблеми, поради което се иска знание и разум, за да бъдат пълноценни.“ [89]

„Крайните вегетарианци питат, защо Христос е пекъл риба? Христос никога не е пекъл риба, но Той благослови печените риби. С това Той им отвори пътя към по-висока форма. Когато хората ядат рибите, с това последните изплащат своята карма и минават в по-висока форма на развитие.“ [90] „Ако погледнете през очите на вегетарианците, това ловене на риба дори не е похвално. Те ще кажат: как е възможно, велик Учител, дошъл на земята да спасява хората, да помага на учениците си да ловят риба? Обаче какъвто и спор да се води, хората ловят риби и ги ядат. Засега и месоядството съществува, и вегетарианството има право на съществуване. И двата вида храна имат свои психологически причини, които оправдават тяхното право на съществуване.“ [90]

„Сега и вие трябва да станете вегетарианци, но в духовен смисъл на думата, да престанете да се занимавате със злото.“ [90]

Тук П.Дънов намеква на изключително високите морални качества на човека. Не е само вегетарианството, което определя тези морални качества. Делата и постъпките в ежедневието са по-голямо доказателство за моралното състояние на човека. Нравственият човек е изключително внимателен, етичен и добродетелен. Такъв пример ни дава сам П.Дънов. „Аз имам доверие в човека, в чийто дом съм влязъл. И вие трябва да имате вяра в хората. Ако дъщерята на домакина е болна, ще туря ръката си на главата ѝ и ще я излекувам. Бащата ѝ ще каже: „Сега ще заколя една кокошка, ще я сготвим и ще се нахраним." „Добре, нали си вегетарианец, как ще ядеш кокошка?" — ще кажат някои. Предпочитам да ям кокошка, отколкото да вземам пари (за лекуването). Има вегетарианци, които не ядат месо, а вземат пари на хората." [95]

„Някои вегетарианци се отказват от употребата на всякакъв вид масла, с цел да пречистят кръвта си. Кръвта не се пречиства само чрез храната. Всеки човек се нуждае от храна, съответна на неговото развитие. Следователно, ако месото не е вредно за някого, той може да го яде. Друг е въпросът, ако човек се откаже доброволно от месото, без да му вреди, от високо морални съображения. Пълен вегетарианец може да бъде само онзи, чийто деди и прадеди от четири поколения насам са вегетарианци." [105]

„Бъдещето на човека се определя от храната, която употребява. Колкото по-чиста храна и по-здравословна храна употребява, толкова по-велико и светло бъдеще си приготовлява той. Най-много психически отрови се съдържат в месната храна. Страхът и отвращението, което животните изпитват, когато ги колят, внася в организма тия отрови. Засега най-чиста и хигиенична е растителната храна." [118] „Според мене истински вегетарианец е онзи, който никога не се съблазнява от месото, в широк смисъл на думата. Някой вегетарианец се привлича от рибата като храна. Защо? — Защото рибата има особена магнетична сила, от която човешкият организъм се нуждае. Същата магнетична сила има и в растенията, даже и в по-голямо количество, отколкото в рибите. При изключителни случаи човек може да яде риба — няма нищо престъпно в това." [120]

„Ако си вегетарианец и носиш кожени обувки, това е престъпление. Един ден говедата ще те държат отговорен за кожата, от която са обувките ти. Че си купил готови обувки, няма да те оправдаят. Щом носиш обувки от кожа на говеда, ти вземаш участие в престъпленията на онези, които са ги клали." [48]

„За мене злото е месоядството, а доброто — плодоядството, но не вегетарианството. Щом се отнася до вегетарианството, в пълния смисъл на думата, във всички светове — физически, сърдечен и умствен, това е въпрос на векове." [1]

3.6.1. Хранителните елементи в храната и здравето

„Като ученици, вие трябва да изучавате окултната химия, за да знаете от какви елементи се нуждае вашата кръв." [3]

Хранителните елементи от храносмилането се пренасят чрез кръвта до органите и клетките. Но как последните си подбират необходимите за тях елементи? Според Р.Келлер [260] действащата сила при минералната обмяна в организма се изявява в измеримата електростатична потенциална разлика между кръвта и клетките на тъканите. В кръвта преобладават биологичните катиони — натрий, хлор и дисоциираните калций и магнезий; в тъканите са биологичните аниони — калий, фосфор, сулфати, пикочна киселина и отпадъци. Така разпределени и преобладаващи в кръвта и клетките, електростатичната потенциална разлика действа като „биологична помпа", с чиято помощ едните елементи нахлуват в кръвта, а другите навлизат в тъканите.

В окултната химия се предава съществена стойност на елементите в организма, тъй като те до известна степен влияят и на психиката на човека.

„Ако желязото е недостатъчно в кръвта ви, по някакъв начин трябва да си го набавите; иначе, отсъствието на желязото в кръвта ви, ще ви придаде повече мекушавост, огъваемост на характера. Ако желязото е по-малко в кръвта ви ще бъдете лишени от благородство в характера." [3]

„Златото причинява радост на човека. То може да лекува, главно нервни хора, неврастеници. Турете една златна монета в чиста вода, да стои няколко часа. Микроскопическите частици на златото ще се разтворят във водата и тя ще стане лековита. Ако нервен, раздразнителен или гневен човек пие златна вода, ще се успокои. Златото регулира нервната система. Ето защо носенето на златни украшения не е без значение.“ [48] „Скъпоценните камъни също имат лечебна сила в себе си, следствие на което хората, още от найстари времена, са ги носили като украшения.“ [85]

„Златната вода“, за която говори Учителят П.Дънов, всъщност теоретично не съдържа злато, или ако има такова то е в хомеопатични дози (извънредно минимални). Тук повече трябва да наблегнем на обстоятелството, че водата, под влиянието на каталитичното действие на благородните метали и скъпоценни камъни, променя своя молекулярен състав. Водата, макар и химически съставена от два атома водород и един кислород, има различна молекулярна съставка. Това се дължи на обстоятелството, че водородът, като елемент, има два изотопни двойника, а кислородът — три изотопни двойника. Това ще рече, че от комбинацията на тези изотопни разновидности на кислорода и водорода могат да се изградят шест вида молекулярна вода. Трябва да се очаква, че тази разновидност, в молекулярния състав на водата, ще придаде на същата и различно биологично действие. Тази рекомбинация в молекулярния състав на водата се нарича от някои автори „паметта на водата“, т.е. водата „запомня“, че в нея се намира или е отлежал някакъв химически елемент, който е рекомбинирал молекулярния ѝ състав. Така можем да си обясним лечебността на водата, която по нищо не се отличава от обикновената чешмена вода.

Такива различия днес се отбелязват в поведението на всички химически елементи, в зависимост от това, в каква среда са пребивавали. Ето защо П.Дънов казва: „В органичния свят няма механични процеси. Там всяка клетка, всеки атом, всеки йон трябва да бъде в хармония с другите клетки, атоми и йони... В органичното царство всички атоми на един и същ елемент се различават. Например един

атом желязо се различава от друг атом желязо, ако първият е минал, освен през минералното, още и през растителното царство.“ [86]

Според някои учени калиевите съединения имат влияние върху функцията и състоянието на мускулите, бъбреците, клетъчната мембрана, жлезите, лигавиците и артериите. Натриевите съединения пребивават предимно в течните съставки на тялото: кръв и лимфа, като действат обезвреждащо върху киселините, солите, отровите и газовете. Специално натриевият карбонат пребивава в бъбреците, а натриевият сулфат — в черния дроб, стомаха. Магнезиевите соли имат подобно действие. Калциевите соли са полезни за изграждане на костното вещество, както и при изграждане на белтъчините в клетките. Фосфорът и съединенията му са необходими за нервната система и мозъка специално. Разбира се, много ценни за тялото са йодът, арсенът, антимонът, сярата, селена, строфантина и много други микроелементи.

Интерес представлява значението на отделните метали за някои органи от тялото. Липсата или намалението на тези метали причиняват тежки функционални нарушения на съответния орган. Така от съществено значение за сърцето е златото, за бъбреците — среброто, за половите органи — платината, за мозъка — живакът, за мускулите — оловото, за мускулните влакна — медта, за сухожилията — алуминият и за кръвта — желязото.

В природата съществуват обаче и етерични, летливи вещества, които ежедневно възприемаме чрез дихателната система. Така горският въздух съдържа над 200 вида биологично активни летливи вещества. Те стимулират функцията на сърцето, кръвоносната система, белите дробове, повишават устойчивостта и защитната система на тялото и т.н. Затова Учителят П.Дънов казва: „Ароматичните вещества, които съдържа карамфилът, могат да се използват като лечебно средство, но в определена доза... Разумният човек трябва да мирише розата и карамфила отдалеч.“ [88]

Полезно е да се диша чрез парни инхалации Мента, Лавандула, Липов цвят, Риган, Конски босилек, Жълт кантарион. Също така лечебни са изпаренията от бреза, дъб, борови иглички, хвойна и др. [248]

Но елементите оказват и психологично влияние върху поведението на човека. П.Дънов твърди, че „Ако в кръвта преобладава желязото, то произвежда един род мисли; ако преобладава мед, то преобладава друг род мисли. Изобщо, всеки елемент — желязо, мед, калай, олово, сребро, злато, произвежда специфично влияние върху мислите и чувствата на човека.“ [118]

„Ако се вложи в организма на човека органично злато, повече отколкото е нужно, човек съвършено огрубява, става сух и се окислява. Всички пороци в човека се дължат на желязото. Неустойчивостта на човека се дължи на органичното желязо в организма му. А това, когато човешката реч понякога е жлъчна, язвителна, се дължи на медта... Медта е качество на Венера. За да бъде една душа великодушна, щедра, е необходим елементът калай, като елемент на Юпитер. После нужни са злато и платина. Имайте предвид, че всички алхимици подразбират друго нещо зад елементите.“ [13]

„За да дойде до по-голямо развитие, атомът (на химическите елементи) трябва да мине през четири царства: минералното, растителното, животинското и царството на човека.“ [19] „Хората даже не знаят, че среброто е в състояние да трансформира известни разстройства в човешкия организъм, а златото — да дава направление на човешкия живот. Като знаете свойствата на златото, вие можете да се лекувате по хомеопатичен начин. Вземете един грам злато, самородно злато, турете го в десет грама вода и я оставете да стои няколко дена на слънце. Щом сте неразположен или затруднен, вземете десет капки от същата вода.“ [146] „Отивате при някой болен, който има висока температура, около 41°. Турете на главата му един наполеон (златна монета). Няма да мине много време и температурата му ще спадне една, две десети от градуса. След малко турете на главата му още една монета. Температурата му ще спадне с още няколко градуса. Колкото повече увеличавате монетите на главата му, седем — осем наполеона, температурата му ще се нормализира. Това е факт, опитан и проверен.“ [139]

3.6.2. Диетично хранене

„Аз не съм против яденето, не мислете това, защото като е дошъл човек на земята, ще яде и ще пие. Не препоръчвам гладуването, неестествения пост. Аз пост разбирам в друго отношение — всеки да яде толкова, колкото е необходимо за обновление на неговото тяло... Някои мислят, че като не ядат, ще станат по-добри; не, ако не ядат, по-лоши ще станат.“ [37]

Ще разгледаме някои храни, за които Учителят П.Дънов има добро отношение и ги препоръчва като диетично хранене.

„Онези от вас, които имат слаб стомах или слаби гърди, нека се подложат на житен режим за един, два или три месеца. Ако ви се вижда много един месец, направете опит за седмица само, като употребявате всеки ден по 100 грама жито... Ще накиснете от вечерта 100 г жито в една чаша вода и ще го оставите през нощта. Ще го дъвчете, като го разпределите на три части: сутрин, на обед и вечер. Ако ви се пие вода през деня, може да пиете, колкото искате. Ако бяхте се поставили на този режим по-рано, щяхте да имате по-здрави зъби, а нервната ви система щеше да бъде по-добре урегулирана. [14] „Онзи който иска да реформира, да организира своето тяло, най-първо трябва да се храни с жито, ориз, царевица, а после с плодове.“ [57] „Някои учени казват, че хранителността на житото е в люспите. Ето защо като ги хвърлят, хората се лишават от тяхната хранителност.“ [112]

„В божествената книга не съществува закон, според който житото трябва да се мели на брашно. Когато житото се мели на брашно, хранителността му, т.е. хранителните вещества излизат навън, а остават слабо хранителните, които човек използва.“ [117] „И за люспите на лука се казва, че съдържат витамини. Въпреки това домакините хвърлят люспите на лука и употребяват вътрешните листа, които нямат толкова витамини.“ [131] Богати на микроелементи и най-вече на железни соли са глухарчето, копривата, лобода и седмолистникът. Те нямат равни на себе си.

Лукът трябва да се консумира, без да се пържи. Той се употребява и като лекарство при натъртване и мускулни болки. В случая се прави превръзка с печен лук. [24] Лук, суров, консумиран с хляб и зехтин, се препоръчва при гастрити, язви и колики. [61]

Картофите с алкалната си реакция на сока неутрализират киселините в стомаха. Те се консумират варени или печени.

Кафето — в народната медицина се използва против астма, понеже разширява бронхиалните канали. При астматичен пристъп се препоръчва две чаши силно кафе. Чаят (китайски) е добро средство против увреждане на зъбната глеч, тъй като действа бактерицидно. Предотвратява развитието на рак в устната кухина. Ябълката — понижава холестерина в кръвта поради съдържанието си на пектин. Тя е средство против инфаркт и сърдечни заболявания. Също при дискомфорт на стомашно-чревния тракт. Морковите и цитрусовите плодове са профилактика срещу рак на панкреаса. Хрянът, чесънът, лукът и лютите чушки се препоръчват при простудни и остри възпаления на белите дробове. Зърнените храни се използват за изхвърляне на злъчни камъни. В това отношение е полезна ряпата. Фасулът, грахът и лещата снижават холестерина в кръвта. Една чаша извара от фасул може да снижи холестерина с 20%. Като храна фасулът действа профилактично за рак на стомаха. Киселото мляко и зелето се препоръчват като профилактика на рак на дебелото черво.

„Пелинът в народната медицина се употребява при маларийни трески, анемии, изтощени болни, за подобряване функцията на стомашно-чревния тракт. Мехлем от пелин със зехтин се използва при гнойни рани.

Сладко от трендафил (маслодайна роза) се използва като очистително на червата." [50]

„Според физиолозите, определено е каква храна да употребява човек. Например бременната жена трябва да се храни със специална храна. Мъжът, преди да стане баща, също трябва да употребява специална храна. Геният трябва да употребява храна за гении, светията — съответна храна." [112]

„Храненето със сол произвежда такива резултати, каквито храненето с месо. Обаче хората, които се хранят с растителна храна, живеят по-дълго време от тези, които се хранят с месо. Добре е да ядете от време на време сурово жито." [14]

„Правилно е да се готви или безсолно, или с малко сол, а после според вкуса си, всеки да си тури толкова сол, колкото му е нужно." [93]

На деветия събор на Бялото Братство — 13 август 1908 г. в гр. Варна се е провела Господня вечеря, за която Учителят П.Дънов сам е определил менюто и продуктите. По негова препоръка Д.Голов е трябвало да закупи вино, а К.Иларинов — риба. Останалата храна била лимони, праскови, лешници и бадеми, круши, грозде, маслини, сухо грозде, ябълки и смокини. Такива вечери със същото меню, с прибавка от вино и риба, са се провеждали през 1909, 1910, 1911 и 1912 години (по данни на П.Гумнеров). По отношение на поносимостта на организма към месото при хора, които употребяват месна храна, Учителя дава следната препоръка: „Онези, които имат кафяви очи, ако са месоядци, трябва да се хранят главно с агнешко месо. Тия със сини очи трябва да се хранят повече с риба." [21]

„Който иска да бъде жизнерадостен, нека да яде череши, които зреят рано, в началото на месец май. Който иска да бъде философ, мъдър, да яде грозде — късен плод. Когато човек има големи мъчнотии, трябва да яде ряпа." [24] „Храната създава хората. Вземете най-културния човек и започнете да го храните с най-грубата храна, ще видите, че ще му се видоизменя живота. Хранете най-грубия човек с най-деликатната храна, в течение на 10 години той ще измени начина си на живот." [37]

„Апостол Павел препоръчвал на онези, които имат слаб стомах, да пият вино. Полезно е виното, но трябва да се знае как да се приготовлява. Във виното се крие нещо смислено, дълбоко." [50]

„Казват, че някой учен открил в киселото мляко някакъв бацил, който продължавал живота. Всъщност киселото мляко може да продължи живота с 10-20-30 години, не повече." [87] Какво значение има плодовата диета?

„Най-идеалната храна са плодовете. Ученикът трябва да употребява предимно тях. Те чистят както тялото, така също мислите и чувствата.“ [180] „Яж само пресен хляб, яж само пресни плодове. Не яж никакви консерви. Яж пресни плодове, току-що откъснати от дървото. Яж прясно жито, преди да е мляно във воденицата. Който иска да внесе светли мисли в ума си, той трябва да яде плодове, които са зрели на север. Който иска да внесе благородни чувства в сърцето си, той трябва да яде плодове, зрели на юг. Който иска да внесе благородство в характера си, той трябва да яде плодове зрели на изток. Който иска да придобие разбиране за живота, той трябва да яде плодове, зрели на запад.“ [117]

„Първоначално Бог е казал на човека да се храни с плодове. Обаче след потопа, като видял, че човек не може да се храни само с плодове, позволил му да се храни само с месото на животните, но не и с кръвта им. Понеже животът е в кръвта, затова кръвта на животните не трябва да се употребява. Едно е важно: първата храна на човека е плодова. Останалите храни — месо, риба, това са резултат на човешки тълкувания и човешки морал. Оттук произлизат две течения за храненето на човека. Едни поддържат месоядството, а други — вегетарианството.“ [137]

„Ако имате запичане, яжте череши, те освобождават стомаха. Ако дробовете ви са слаби и умът ви не работи, яжте грозде. То лекува дробовете. Какво дават дренките? Ако сте безхарактерен и отпуснат, като ядете дренки, придобивате устойчивост и издръжливост в характера. Те доставят желязо в кръвта. Бих желал да имате устойчивостта на дренките.“ [95]

„Достатъчно е по един лимон на ден. Изцеди лимона, долей чашата с гореща вода и изпий сока. Повече от един лимон не е нужно. Прекален светец и Богу не е драг.“ [149]

„Зеленият фасул съдържа вещество, което действа като инсулин при диабетично болните. Затова диета от 6-7 кг зелен фасул седмично се препоръчва при диабетично болни и такива с кръвно налягане.“ [260]

„Искате ли да се ползвате от хранителността на боба, гответе го без подправки. Варете боба с чиста вода и една-две глави лук, без дървено масло. След като се свари турете му малко сол. Турите ли дървено масло вие ще го развалите.“ [43]

Що е гладът и постенето?

С глада и постенето често се спекулира. За да се гладува, е необходимо да се прецени състоянието на организма. „Абсолютният глад лишава от храна целия организъм, засяга всички негови химически елементи и органи. Запасът от електролити също така се нарушава, нарушава се малко или много неговото равновесие, а неговите соли и минерали са жизненоважни от биологическа гледна точка. Пригаждането на организма към внезапно спиране на храненето става по различни начини. Най-напред се намалява основното количество енергия, която организмът изразходва, за да поддържа телесната температура и функциите на органите. Ето защо гладуващите постоянно изпитват чувство на студ. Човек се изморява и намалява броя на несъзнателните нервни рефлекси. Жлезите променят отделянето на хормони, като при жените се губи менструационният цикъл. Липсата на въглехидрати води до промени във функциите на бъбреците. Получава се загуба на вода и електролити. Кръвното налягане спада, загубата на калий дразни сърдечния мускул и може да настъпи нарушение на сърдечния ритъм. Намалява се отделянето на пикочна киселина. Особено опасен е отрицателният баланс на азота. При пълен глад, дневно, въпреки всичко се изразходват 75 г белтъчини, които влизат в строежа на организма.“ [262]

Въпреки всичко природата използва глада като лечебен метод. При тежко и температурно състояние на болния той губи всякакъв апетит, до отвращение към храната. Болният сам почва да гладува. Защо? Организмът се освобождава чрез глада първо от чуждите вещества, наслоени в него, и от излишните запаси (мазнини). По този начин той поддържа жизнените си функции за сметка на ненужното и обременяващото. Ето защо ефектът от гладуването силно е подчертан при болни от ревматизъм, затлъстяване, отравяния, бъбречни заболявания, чернодробни заболявания, камъни в жлъчката и бъбреците и т.н.

При вегетарианци, които нямат особено голям излишък от запаси, гладуването трябва да се преценява особено добре, за да не се извади организмът от равновесие.

При глад или постене не трябва да лишаваме тялото от течности. Различаваме пълно гладуване, полупост, плодов пост и др. Постенето или гладуването има и своята психологическа постановка. Човек се подлага на изпитание и калява волята си, за да може да се въздържа от пикантни и нездравословни храни, низши страсти и желания. Чрез постене се изграждат съзнателно добродетели.

При прекъсването на по-продължителен глад се налага внимателно захранване с леки и лесно смилаеми храни. „Постът се употребява за обновление на организма. То е един начин за подмладяване. И следователно, след пост, колкото се може по-дълго време употребявайте еднообразна храна, която изисква малко сила за храносмилането (плодове, мляко и др.) Не трябва да се възбужда апетитът, за да се развиват дробовете и да можете да приемете повече прана от въздуха и водата и изваждате повече сокове и елементи от храната." [55]

Несистематичното и продължителното недояждане обаче е вредно. Тогава най-много се рискува да навредим на организма.

„Редът, по който ще прекарате цялата следваща година, е този: дванадесет главни петъци за пост, ще си изберете вие сами. Тези от вас, които могат, ще постят по 40 часа седмично, а които не могат, ще постят по 24 часа. Никому няма да съобщавате кога ще постите. Ще мълчите. Постенето ще започнете в който час вие искате." [233]

„Когато гладува дълго време, тялото на човека се изтощава, мислите му и чувствата му отслабват и вместо да придобие нещо, той си причинява големи пакости. Това са явления, които нарушават равновесието в природата." [24] „Докога може да се гладува? — Докато изпитвате приятни чувства... Почне ли да чувствате неприятност, човек трябва да задоволи по някакъв начин глада си. Не го ли задоволи, той се превръща в разрушителен процес: по-силните клетки изяждат по-слабите." [41]

„Аз ви съветвам да постите по два-три дни, през това време ще пиете само гореща вода — ще промивате стомаха си." [52]

„Постът има отношение към философията и науката.

Който е постил, той се е домогнал до истинското знание. Постът за него не е вече философия, а знание. Преди да е постил, човек мисли, че не може да издържи гладен нито 24 часа. Като прави опити, човек вижда колко време може да издържи на пост. Ако постиш десет дни, ще усилиш вярата си, ще се убедиш, че и да не ядеш, няма да умреш. Като пости човек съзнателно, той се подмладява и освежава. Днес повечето хора умират от преяждане, отколкото от недояждане и глад." [62]

„Някой иска да пости десет дни, да придобие нещо. Според мен, 24 часа съзнателен пост се равняват на десет дни механичен пост. В 24 часа съзнателен пост човек може да обнови клетките на тялото си." [82]

„Истинският пост е метод за регулиране на чувствата и мислите на хората. През време на поста човек трябва да се храни с възвишени мисли и чувства, да е готов да се помири с всички свои врагове и да издължи всичките си дългове." [84] „Значи не само физическият пост и глад лекуват, но и духовният. Като постиш, повече ще дишаш. Тогава, вместо със стомаха, ще се храниш с дробовете — ще дишаш повече въздух. Чрез дишането работиш повече с мисълта." [135]

„Като боледувате, не мислете, че е нещастие. Това не е нещастие, вие се тонирате. За да върви болестта естествено, всички трябва да вземате мерки. Това е очистително и топла вода, за да не изгубвате в тази болест своето равновесие." [55] „Когато ученикът яде, трябва да бъде изпълнен с благодарност и обич." [130]

3.7. Водата и здравето

„Водата е носителка на живота. Тя означава онова възвишено състояние на Нирвана, онова будическо, онова мистическо състояние, в което е вложен животът, в което е вложено безсмъртието." [71]

Във водата е вложен живота, казва Учителят П.Дънов. Съвременната наука също счита, че животът (биологическият) на Земята се е зародил във водния басейн на същата.

„Водата е емблема на живота. Дето мине, тя напоява. Христос говори за живата вода.“ [4] „Какво е значението на водата за организма малцина знаят.“ [22]

„Наистина учените казват, че водата е съставена от два обема водород и един обем кислород (H_2O), но те не знаят цялата истина. Тази вода е третична субстанция (същност). Учените не познават още вторичната и първична субстанция (същност) на водата. От гледна точка на истината и науката, водата не е съставена от водород и кислород, но те са съставени от нея.“ [52]

За да разберем същността на горната мисъл на Учителят П.Дънов, ще си припомним неговото обяснение за трите основни субстанции (същности) на нещата. Първичната субстанция (същност) на нещата е вечно съществуващият, несъзданен физически свят. Той е без начало и без край. Това е първичното начало, първоначалното състояние (същност) на света. Вторичната същност (субстанция) е тази на проявяващия се свят, но не още материализиран. Това е още идейният свят, който съдържа вече идеите на самия физически свят. Третата същност (субстанция), това е вече проявеният материализиран свят. От това становище и истина трябва да приемем, че кислородът и водородът, като краен материален продукт, материални елементи, в изявата на същностите, са изградени от предхождаща ги идейна субстанция (същност), а това е водата.

Чистата вода е удивително химическо вещество, с редица изключителни свойства, които я отличават от всички други течности. Като твърдо вещество (лед) водата може да приема всяка от десетте различни и възможни кристални форми. Независимо от това, в твърдо състояние нейният обем е по-голям, отколкото в течно, за разлика от всички втвърдени вещества. За съединение с такова ниско молекулярно тегло, тя притежава необичайно висока точка на топене, на кипене и критична температура. Тя е много проводима, което ѝ позволява да действа едновременно като реагент и като разтворител. Водата е едно от твърде малкото неорганични съединения, което съществува в течно състояние при температура на жизнените биологически процеси. [219]

„Тъй като водата е биологически разтворител, тя участ-

ва във всяка биологическа реакция, в дифузията на храните в клетките и в отпадъчните продукти от клетките навън и е интегрална част от структурата им. Способността на водата да се разпада на H+ и OH- е един от основните регулаторни механизми на Ph (т.е. на алкално-киселото равновесие в организма). Живата клетка няма празно пространство в себе си — те са изпълнени с вода... Водата, която е необходима за живот, представлява 9/10 части от обема на човешкото тяло и 2/3 от неговото тегло. От повърхността на Земята водата покрива 3/4 от нея, като 97,4% от това количество са морска вода и 1,8% е замръзнала вода в полярните райони." [219]

„Най-мощното лекарство в света е горещата вода. И ако ние знаем де се намират най-хубавите извори, трябва да я донасяме оттам, даже и ако са на разстояние 5-10 км. Хората трябва да знаят, че водата е първият елемент на живота и винаги трябва да пият чиста вода." [57] „За да добие още по-силно лечебно въздействие водата, трябва да вземем чиста изворна вода, да я турим не върху пушлив огън, както вие правите, но върху силен огън и в съд от най-чисто злато. Следователно вие ще сварите тази вода в златен съд и при това не при залез слънце, защото тогава тази вода няма да ни ползва, но когато слънцето изгрява, когато е на зенита си." [57]

Нека припомним за „златната вода", за която говори Учителя, когато разгледахме значението на химическите елементи, както и за „паметта на водата", за която говорят съвременните учени. С това водата ни се представя като едно вълшебно вещество, годно да носи основите на биологическия живот.

„Водата е условие, а не среда, както светлината и въздухът. На земята водата е повече в течно и твърдо състояние, а малко във въздухообразно състояние, във вид на пари. В каквото състояние да се намира, тя се състои от два обема водород, който гори и не поддържа горенето, един обем кислород, който поддържа горенето, а сам не гори." [155]

„Ако разбирате свойствата на водата, вие бихте могли да лекувате с нея всички болести. Водата, с която ще се лекувате, трябва да бъде абсолютно чиста. Трябва да пиете винаги

чиста вода." [79] „Водата, която идва от далечните места на пространството, минава през светлината, топлината, през електричеството, като същевременно се озонира и магнетизира; след това тя минава през земните пластове, дето се филтрира, и тъй пречистена, дохожда до човека." [79]

„Пийте вода от извори, които са изложени на юг, а не на север. Южните извори са пълни с живот." [87]

„Ако искате някакви лекарства, било като лечебни средства или като средства за чистене (на организма), ще ви препоръчам следните: изпийте на ден по два литра чиста гореща вода. Ако сте на крак, носете сами вода. Носенето на вода се отразява благоприятно върху организма. Освен това, правете дълбоки вдишвания, да разширите дробовете си. Болният трябва сам да кладе огън." [88] „Водата е носител на живота, на жизнена прана. Който знае да се ползва от тази прана, той може лесно да се лекува." [92]

„Два начина има за лекуване с вода. Първият начин е чрез изпотяване, като се пие много гореща вода, по няколко чаши, една след друга. Вторият начин е чрез абсолютно отказване от вода, за няколко дни. През това време болният ще пости пет-шест дни, без да приема абсолютно никаква вода и храна." [123] Този драстичен режим трябва да се прилага само при физически здрави хора, а не възрастни и с кръвно налягане (при пиенето на много вода). При това изпотяването е задължително и трябва винаги да се осъществява.

„И тъй, ако искате да се ползвате от благата на природата, всеки ден трябва да си миете краката до колената, и то поне три пъти: сутрин се мийте с топла вода, на обед можете да се миете в езерото (второто езеро на 7-те Рилски езера), и вечер — пак с топла вода." [128]

„Аз препоръчвам водата да се употребява по една чаена лъжичка на минута. Ако те боли стомах, употребявайте в продължение на три-четири часа по една чаена лъжичка топла вода на минута." [131]

„Тресе ли ви или сте се простудили, има един начин за лекуване, то е само водата. Едно правило: ще вземете една чаша и пиете чай, може и гореща вода — 1, 2, 3, 4, 5, 6 чаши, докато се образува у вас една реакция и се изпотите хубаво; снемете си ризата, изтрийте се. Седнете пак, наново една ча-

ша, две, три... Вземете малко дървено масло (зехтин), намажете си краката, ръцете и си легнете. Опитайте този начин, няма да ви боли главата... Друго правило: щом се простудиш, първата мярка е да вземеш нещо очистително, да се очисти стомахът ти, червата ти, от всички ненужни вещества. Един — два дена въздържание от храна, 3-4 чаши гореща вода, две чаши спаначен сок с горчица, две паници супа, направена от картошки с малко солчица. По-малко ще сърбате, няма да преяждате и всичко ще мине много лесно." [55]

„Когато върлуваше испанската болест (инфлуенцата, грипът) и задигна шест милиона души по целия свят, попитаха ме, как да се лекуват. Казах им, че не съм лекар, но според законите, които познавам, да пият вряла вода и да ядат топли картофи, и след седмица или десет дни кризата ще мине." [32]

„Забележете, всички светии, които са боравили с Божествения свят, когато са лекували някой болен, прибягвали са до водата над твърдта. Преведено това на научен език, значи: те са лекували само тогава, когато са успявали да привлекат слънчева прана, или Божествения живот, да действат на човека, и той веднага произвежда реакция." [83]

Явно, че водата не може да се замени с никое друго питие на земята. Но тя трябва да бъде абсолютно чиста, изворна, да съдържа жизненоважни микроелементи и да е подходящо подготвена.

3.8. Сънят и здравето

„В този живот се харчи повече и затова е необходимо да спите 7-8 часа, за да може тялото в това време да си набави тази енергия." [7]

„Едно от важните неща в живота на човека е сънят. Окултният ученик трябва да спи правилно. Той трябва да определи час, в който да си ляга. При това трябва да си постави като задача, щом като си легне, да заспи веднага или най-малко в продължение на 5-10 минути." [180] „Засега седем часа са необходими за нас. И пет часа сън могат да ви за-

доволят, но при условие, че спите непробудно, без да се обръщате на едната или другата страна. Най-здравословно е човек да си ляга в десет часа, но това не може да се вземе като правило. Ако някой има особено важна работа, той може да си легне и в 23 часа или 24 часа, но трябва да заспи в продължение на 5-10 минути. Колкото по-рано си ляга човек, толкова по-добре за него. Защо? — Който ляга рано, поглъща всичката събрана прана, т.е. жизнена енергия в атмосферата. По-късно от 24 часа не лягайте. Ако усетите, че сте уморен, вечеряйте рано и в 20 часа най-рано си лягайте, да набавите повече енергия, от която организмът ви се нуждае. Изобщо часовете, определени за лягане, са 20, 22 или 24 часа." [1] „Според някои физиолози човек се нуждае от седем-осем часа сън, според окултистите човек може да се задоволи и с пет часа сън." [117]

„Който разбира закона на съня, в пет минути може да свърши толкова работа, колкото в седем часа. Като дремне пет минути, той ще се обнови толкова добре, колкото ако би спал цели седем часа. За да си почине, човек трябва съзнателно да спре деятелността на своите мозъчни клетки. В това време човек излиза от тялото си и оставя съзнателната физическа енергия да обнови организма му." [4] „Вечер като си легнете, ще се обърнете първо към клетките на мозъка си, после към клетките на дробовете си, след това към клетките на стомаха си, на костите си и ще им кажете: слушайте аз отивам на училище. През това време вие свършете възложената ви работа." [4]

„Наблюдавайте се как спите нощно време, по колко пъти се обръщате през цялата нощ, ту на едната, ту на другата страна. Щом си легнете, ще кажете на тялото си: слушай, както си легнеш, така и ще станеш сутринта — никакво мърдане наляво или надясно. Ако тялото ви се подчини на тази заповед, значи вие сте господари, можете да го владеете." [5]

„Ако човек спи на дървено легло, за предпочитане е леглото да му бъде от чамови дъски (борови). Чамът придава духовност на човека. Борът внася импулс в човека да расте нагоре. Същевременно той смекчава неговия характер, а дъбът е материалист." [19]

„Гениалните хора знаят кога и колко да спят, да ядат, да

работят. Обикновено те решават задачите си сутрин, в ранните часове, когато всички хора спят." [22]

Известно е, че повечето от най-изтъкнатите учени на човечеството, носители на международната Нобелова награда, са правили гениалните си открития в ранните часове на деня. В тези спокойни часове човек най-добре може да почувства „гласа" или сигнала на своята интуиция. [216] Това твърдят например учените Айнщайн, математикът Гаус.

„Днес много хора се оплакват, че не могат да спят добре. В такива случаи, добре е човек да стане от леглото си, да изтрие тялото си с кърпа, потопена в топла вода, и без да се изтрива със суха кърпа, да си легне." [22]

„Сънят спада към физикоастралния живот на човека, яденето спада към физическия живот, а работата — към умствения." [60]

„Като ставате от сън, не скачайте изведнъж от леглото си, като изплашени зайци; първо благодарете, че сте се върнали благополучно от странство. След това дръннете на вашите слуги и слугини, между които влизат умът и сърцето ви, и кажете им да приготвят банята да се окъпете. Измийте се, облечете се и дръннете за закуска." [116]

„Мнозина си лягат с пълен стомах, често ядат мъчносмилаема храна и с часове не могат да заспят: обръщат се на едната и на другата страна; стават, лягат, пъшкат, охкат и едва след полунощ заспиват. Нечистият въздух също може да е причина за това, но главно несмляната храна в стомаха, прави съня неспокоен." [60]

„За предпочитане е да се спи на дясната страна, това е здравословно. Когато спиш, не е добре да лежиш на гръб, особено на корем не е никак добре." [60]

„Човек трябва да спи като дете: на която страна легне, на нея да се намери сутринта. Да се говори на съвременните хора за съня, как да спят, струва им се, че се говори за нещо маловажно." [60]

„Истинската почивка не се постига само с много спане. Когато човек иска да почине, той трябва да освободи ума си от всички неприятни мисли, сърцето — от всички непотребни, тягостни чувства и желания. Те изчерпват енергиите на човека, без да му дадат нещо." [76]

„Правилно е човек да спи на дясната си страна, но може да спи и на лявата. Когато енергиите на повърхността на земята са положителни, човек трябва да ляга на лявата си страна, която е отрицателна, за да става правилна обмяна между силите. Легне ли на дясната страна, цяла нощ няма да спи. Когато силите на повърхността на земята са отрицателни, човек трябва да ляга на дясната си страна. При това енергията на земята не е еднаква навсякъде. Има места, дето енергията е положителна, а в същото време на друго място на земята енергията е отрицателна.“ [76]

„Най-естествен е сънят, който се явява като резултат на умора. Щом се умори човек, иска да си почине. Като си почива, той заспива и сменя състоянието си от активност в покой.“ [151]

„Когато спи човек, той отива на онзи свят. Когато хората се връщат от онзи свят, съзнанието им за този свят се прекъсва и те нищо не помнят. Това прекъсване на съзнанието се дължи на факта, че светлината им не е достатъчна. Колкото по-голяма е светлината на човешкото съзнание, толкова и паметта на човека е по-силна.“ [91]

3.9. Физиотерапевтични лечебни методи

„Храната, светлината, въздухът, обмяната с добрите хора — това ще бъде лекарството ви за в бъдеще.“ [69]

Това са лечебни мероприятия, които използват природни сили, енергии и физически форми с оглед подсилване физиологичните процеси на тялото или защитните сили на същото. Касае се за електромагнитни излъчвания,светлината, топлината, водата, хигиенни условия и др.

„В медицината препоръчват масажите, и окултизмът ги препоръчва, но при условие, че умът на ученика да бъде съсредоточен и концентриран.“ [3] „Когато поставите ръцете си върху слепите очи, с това вие отнемате част от излишната енергия, която се е натрупала около тия центрове. Но това поставяне да бъде съзнателно; излишната енергия на тези центрове пречи на правата мисъл.“ [3]

Знаем, че ръцете са източник на мощно биополе, което може да въздейства на нервната система. „Отношението между физическата и духовната топлина е обратно пропорционално: когато духовната топлина се увеличава, физическата се намалява. На хората, които стават проводници на духовния свят, краката и ръцете изстиват.“ [87]

Нормализиране топлинния баланс на тялото е един от най-елементарните методи за лечение. Препоръчват се топли бани, топли измивания на ръцете и краката, както силно изпотяване чрез затопляне на цялото тяло.

П.Дънов описва случай, когато лекарите са отказвали лечението поради безнадеждно положение, докато селските баби са излекували болния.

„Млад селянин заболял сериозно и го изпратили на лечение във Варненската болница. Лекарите го лекували седмица — две, събрали на консулт, но констатирали, че този човек няма да се излекува. Той бил толкова подпушен, че нищо не било в състояние да го спаси. Започнали да го лекуват баби, по тяхната наука. Турили във водата ечемик и поставили котела на огъня, докато заври водата. След това излели водата в голямо корито, заедно с ечемика, и оставили водата малко да изстине. Потопили младия момък в коритото, докато се изпоти изобилно. Повторили и потретили тази баня и след две недели болният бил съвършено здрав, на крака.“ [120] Явно, че физиотерапевтичните методи, макар и простовати на вид, са в състояние да възбудят защитните сили на организма.

Изстиването на краката често е причина за кашлица, увеличаване отделянето на урина от бъбреците, заболяване на сливиците и др. Ето защо се препоръчват топли бани на краката и пиене на горещ чай.

„По никакъв начин не мийте краката си със студена вода, особено след хранене.“ [128] Това препоръчва П.Дънов. И то е много просто. Защото студените крака изстудяват цялото кръвообращение, тъй като са най-мощният басейн на кръвния поток.

„Ако е въпрос за студени бани (през лятото), аз бих препоръчал на всички хора дъждовните бани, главно през месец май, юни, юли и най-много през половината на месец август.

Дъждовните капки през тези месеци са топли и пълни с електричество и магнетизъм." [128]

„Тихите ветрове са приятни за въздушни бани. Човек може да се излага (през лятото) на тях и без никакъв страх." [128] „Често хората се простудяват от баните, понеже не знаят как да ги ползват. Например някой прави топла баня, а след това отиде на студен душ. Тези резки промени върху тялото не са за обикновения човек." [128]

При финска баня (сауна) има прегряване на тялото с много висока температура на банята и парàта в нея (до 85 градуса) при което тялото има запас от топлина и температурата му се повишава с до 1 градус. Тогава тялото понася, за кратко време, студения душ или отриване със сняг.

„Сега искам да ви обърна внимание на баните, които правите в 7-те Рилски езера. Ако искате да направите студена баня, потопете се във водата бързо и излезте от нея. Не стойте много време в студената вода. Може и десет пъти наред да се гмурнете във водата, но веднага излизайте на брега." [128] „Когато искате да се къпете в студена вода, наблюдавайте, дали още с приближаването си към нея, тя ви привлича или не. Ако ви привлича, влезте във водата." [128] Предчувствието на хладната вода е верен указател за състоянието на тялото ви. При най-малки неразположения на тялото чувството към студената вода е неприятно.

„Студените компреси и душове са за силни хора, на които кръвообращението е правилно. Ако слабият си позволи студени бани и душове, скъпо ще си плати." [141]

„Аз препоръчвам топли компреси вместо студени. Ако страдате от главоболие или очеболие, турете на слепите си очи квас, прясно приготвен. Мястото намажете с малко зехтин и отгоре турете кваса. Дръжте го на слепите си очи 10-14 часа. Това може да правите 3-5 пъти седмично, според степента на болката. Квасът действа магнетично, затова го препоръчвам не само при обикновено главоболие, но и при менингит. Когато някое дете заболее от менингит, обръснете му главата добре, пригответе пресен квас и го поставете на горната част на главата и на слепите очи. Като турите няколко пъти квас на главата, детето ще оздравее." [20]

„Квасът и млечният компрес са добри специалисти, които трябва да се препоръчват и предпочитат пред студените компреси.“ [20] Млечният компрес се приготвя от горещо преварено мляко, което е пресечено със сок от лимон. Гъстата част на млякото, след като се е пресякло, се използува за топъл компрес.

За компреси при гнойници (циреи или гнойни пръсти и части от тялото) може да се използуват и плодове или билки. П.Дънов препоръчва следния метод: „Задъвчи една смокиня, обвий с нея пръста си и ще ти мине. Или свари няколко смокини във вода, направи лапа от тях и я тури на пръста си.“ [56] В народната медицина при такива гнойници се използуват за компрес живовлекови листа или такива от пелин.

Най-често използуваните физиотерапевтични методи са масажите или наричани още разтривки на болезнените части на тялото. Това въздействие е двояко. Първо чрез масажа се предизвиква повишено кръвообращение, а от това и повишаване на обмяната на веществата в тази част на тялото, и второ, че чрез биополето на ръцете се повишава жизненият тонус на заболелите тъкани. По-голяма част на тялото, тази под пъпа или над него, може да се лекува и чрез подводни масажи, които препоръчва Луй Куне.

Има обаче отделни точки на тялото, чрез които може да се повлияе, чрез масажите, направо на нервната система, и то специално на определени органи или цели части от тялото.

„Искате ли вие сега да се подмладите? Много начини има за подмладяване. Стани рано, хвани долната, месестата част на ухото си. Прави това поне всяка сутрин. Искаш да станеш жизнерадостен. Тури двете си ръце в средата на горната част на челото си и тегли пръстите в противоположни посоки. Когато си неразположен, прекарай пръстите си по горната част на челото и неразположението ще изчезне. Правете упражнението насаме, никой да не ви види.“ [49]

„Когато децата ви боледуват, добре е да разтривате костта зад ушите. Там е центърът на живота — жизненият център. Тези разтривки правят организма издръжлив.“ [58]

Съсредоточаване на мисълта, концентриране в себе си, това са методи, които възбуждат защитните сили на тялото и са мощен фактор за възстановяване на здравето.

„Направете опит. Излезте от къщи и през цялото време умът ви да е съсредоточен, да обгърне тялото и виж дали ще се простудиш. Няма да се простудиш, ще бъдеш и положителен и отрицателен." [55]

Учителят П.Дънов твърди, че аурата на човека се простира на около 50 см около тялото му и влиза в контакт с тази на другите живи същества. За да се предпазим от отрицателни влияния, трябва да пазим дистанция от хора, които имат лошо влияние. От друга страна, връзката ни с растителното царство може да ни подхрани с жизнени сили.

„Там дето хората садят и отглеждат плодни дръвчета, помалко боледуват от ония, които не се занимават с това. И болен да си, ако обичаш цветята, по-скоро ще оздравееш. Цветята регулират нервната система." [50] Човек съзнателно може да регулира температурата на тялото си. Чрез концентрация на мисълта и въображението температурата може да се повиши или понижи. При големи жеги, през лятото, е достатъчно да си въобразим някаква прохладна картина — например че сме в Антарктида, и да повтаряме на глас впечатленията си от студената обстановка. В такъв момент се отпускаме мислено и по-силно ще понесем жегата. И обратно, за да се сгреем при големи студове, трябва да си представим, че сме в Сахара и се съсредоточим върху една такава обстановка." [273]

Поляризацията на енергиите в тялото и тяхното хармонизиране е също така фактор за здраве и боледуване. Енергиите във всички части на тялото са поляризирани. Така: „На горната страна на човешката ръка се набира положително електричество, затова е космата. Долната страна на ръката, дланта, е пасивна, на нея се намира отрицателното електричество." [56] Именно по тази причина ръцете са фактор, който може да отнема или да предава енергия на телесните части. Защото: „Всяка енергия, която организмът не може да асимилира правилно, ражда един излишък." [6]

„Ако сте неразположен, тогава малко погладете лявата страна на главата си. Съзнателно ще прекарате лявата си ръка по лявата страна на главата, с желание да уравновесите душевното си състояние. Ако пък си много весел, прекарай тогава дясната си ръка по дясната страна на главата."

[9] „Човек се поляризира едновременно. Ако едната му страна е добра, другата — лоша. Ако постоянно възбуждате дясната страна на мозъка на някой човек, той ще се дразни. Започнете ли да гладите обаче лявата страна на главата му, той утихва.“ [57]

Такъв обмен на енергии можем да осъществим и с природните сили. „Когато се опирате на дърветата, с цел да се лекувате, добре е да стоите от 5 до 30 минути облегнати с гърба.“ [195]

„Когато стоите на камък (с цел да се излекувате), трябва да стоите около 1-2 часа (разбира се, лятно време). Хубави места за лекуване са каменистите, защото като стоите върху камъните, намагнетизирвате се. Камъните са особено лековити през септември.“ [195]

„Боси трябва да ходите през лятото, особено в началото на месец май, за да може краката ви да са във връзка със земята, да може да премине у вас електричеството и земният магнетизъм. За някои от вас, на които косите са започнали да падат, като имат главоболие, хубаво е лятно време да ходят по 3-4 часа боси на ден. Лятно време, между 10-12 часа по обед, хубаво е човек да има шапка на главата си, защото слънчевите лъчи предизвикват голямо сътресение на мозъка. Но от 4-5 часа, следобед, до вечерта е хубаво да ходите без шапка.“ [35]

„Коремоболието показва, че енергиите в стомаха трябва да се превърнат от положителни в отрицателни. Главоболието показва, че енергията на главата, която е положителна, трябва да се превърне в отрицателна, по отношение на другите енергии на тялото.“ [37]

Наличието на електричество в тялото се доказва по следния начин: „Направете следният опит: насочете двата си показалеца един срещу друг, без да се допират, и концентрирайте мисълта си към тях. След известно време ще видите, че от това място излиза светлинка. Направете този опит вечер, за да се забележи светлинката. Обаче като правите опита, за нищо няма да мислите.“ [75]

„Освен това правете кръгове с двете ръце, като ги вдигате отпред нагоре и отзад надолу, с леко допиране на пръстите на двете ръце. Ако не може да получите електричество, вие

не може да получите светлинка. В това отношение въртенето на ръцете на човека във вид на кръг представлява колелото на неговата електрическа машина." [75]

„Онези от вас, които са неврастеници, и които често губят неразположение на духа, нека от време на време да се събуват боси и ходят по ситен пясък или по мека трева. Така именно, краката влизат в пряк контакт с жизнените сили на земята и се тонизират. При сутрешните упражнения, като вдигате ръцете нагоре, вие възприемате слънчевите енергии, чрез краката пък възприемате земните енергии. Когато искате да възприемате енергиите на слънцето, трябва да правите упражненията сутрин. Когато искате да се освободите от събраните енергии през деня, трябва да правите упражненията вечер. Значи вечер да се изпразните, сутрин да се напълните." [79]

„За да се предпазва от лошо влияние, човек трябва да спазва законите на хигиената, закона за психическата охрана. Вечер като си ляга, човек трябва да се огради добре: къщата си, леглото си, тялото си, както и всички удове на организма си. Това са правили хората от най-стари времена, било то с молитви, било с песни." [79]

„В природата има известни места, дето силите са в равновесие, в абсолютен покой. Ако човек попадне в едно такова място, неговият пулс ще спре. Това се дължи на трептенията на почвата в тия места. Трептенията не са хармонични, не съответстват на трептенията на минувачите." [87]

Тези лоши земни влияния животните много добре познават. Кучетата и котките например не спят на всяко място в двора или къщата. Плъховете също така не гнездят на всяко място в оборите или таваните. Птичките не гнездят на всяко дърво в гората или селището. На дърво, на което има птиче гнездо, никога не пада светкавица. В някои градове има зони, където хората боледуват по-често отколкото в другите зони на същия град. [279]

„Цялото тяло на човека е сбор от множество антени. В това отношение той представлява възел, от който излизат множество антени — възприематели на безброй мисли, чувства и желания." [118] „Ако поставите ръката си на болното място и не може да се изтегли болката, тя не е магнетична ръка,

тя няма сила в себе си. Обаче, ако може да изтегли болката, тя е магнетична ръка. Хора с такава магнетична ръка минават за лекари. Ако те боли главата, достатъчно е такъв лекар да пипне болното място и да оздравее.“ [132] „Затова ако електричеството е натрупано в дясното полушарие на мозъка, няма да гладите главата си с дясната ръка, за да не усилите състоянието си, но ще гладите дясната половина на главата си с лявата ръка.“ [1]

Посочените състояния и положения при лечението чрез природни фактори показват колко тясно е свързан човешкият организъм със силите на природата и колко многообразни са методите за лечение чрез използването на тези сили. Сам човекът е източник и възприемчик на сили, но това от своя страна изисква знание, за да може човек сам да изгради хармония между тези сили.

3.9.1. Светлината и здравето

„Светлината — това е творческият акт на великата природа, а топлината не е нищо друго освен първото проявление на светлината като движение“ [174]

Светлината е един от най-загадъчните фактори на природата. Знаем доста много неща за нея: редица качества, взаимоотношенията ѝ с материята, донякъде начина на разпространение, значението ѝ за живота на земята, но каква е тя по същност — енергия, микрочастици или друго нещо, не можем със сигурност да кажем.

„Има известен род слънчеви лъчи, свойствата на които учените тепърва започват да изучават. Ако човек би могъл да се свърже с този род лъчи, той щеше да използува тяхното лечебно свойство.“ [123] Днес все повече се всажда мисълта, че Слънцето не е първичният източник на светлината, която ние получаваме от него. Нашето слънце получава енергия от своя двойник, който е невидим за нас, хората. А самата светлина не е видима за нашето око, докато тя не попадне директно в ретината му. В противен случай небето нощно време щеше да сияе от светлина, защото се пронизва от тази, излъч-

вана от милиардите светлинни източници на вселената. Светлината и топлината всъщност се изявяват тук, на Земята, следствие взаимодействието им с материята. Затова, казва Учителя, етерните тела от отвъдния свят не са видими за нас, тъй като не пречупват лъчите на видимия свят.

„Трябва да знаете, казва Дънов, че вие сте един фокус, през който минават слънчевите лъчи, така и земните енергии. От сутрин до обед през вас минават слънчевите енергии, които слизат отгоре и отиват към центъра на земята. След обед движението е обратно: земните енергии, от центъра на земята, минават през краката ви и отиват към слънцето." [8] С това твърдение се обяснява двупосочното изменение на електромагнитните пълнежи на земята: докато сутрин тя е отрицателна и възприема, след обед е положителна и отдава енергии." „Лъчите на слънцето имат различно влияние. Ако някой път попаднете на течението от изток към запад и приемете тази светлина, вие ще придобиете по-голяма сухота. Астролозите казват тогава, че върху нас идва повече влиянието на Сатурн. Тогава вие ще обичате светлината, но ще станете много взискателен, ще гледате да намерите погрешка в този, в онзи. Ако пък приемете светлината от север, ще обичате истината, но ще станете неизмерно студен и хладнокръвен, тъй че няма да се интересувате от страданията на хората. Ако възприемете светлината от юг, у вас ще се роди една топлина и разширение, но има една друга опасност — ще станете мекушав и гъвкав." [7]

„Най-лековити са слънчевите лъчи сутрин от 8-9 часа. Към обед слънчевите лъчи са много силни и не действат добре на човешкия организъм. Ранните слънчеви лъчи действат особено добре върху анемичните хора." [20] „Иска ли човек разумно да използува енергиите на слънцето, той трябва да излага гърба си на ранните слънчеви лъчи, още преди изгряването на слънцето. Зората дава на човека такива енергии, каквито никоя друга сила не е в състояние да му даде." [21] „Никоя външна сила не е в състояние да противодейства на слънчевата енергия. Ето защо на всички анемични и слаби хора препоръчваме при всяко време да излизат навън, половин час преди изгрева на слънцето, да възприемат ранните слънчеви енергии и после да отиват на работа." [21]

„Колкото повече слънчева светлина приемете в себе си, толкова по-голяма мекота и магнетизъм ще развиете във вас.“ [89] „Всяка сутрин човек трябва да излиза да посреща слънцето с вяра, с интелигентност и разумност, че в този момент, именно, той ще приеме определената за него енергия.“ [90] „Светлината внася стремеж, а топлината — движение; Светлината определя посоката на целта, а топлината дава сила за реализацията на целта; Светлината определя и отправя живота нагоре, отдето е слязъл, а топлината го импулсира и разживява.“ [51]

„През кой месец на годината да се правят слънчеви бани — пита някой. — Добре е да се правят през месец май, юни, юли и август.“ [195] „Който чернее на слънцето, трябва да се радва даже, защото това показва, че той е здрав човек.“ [87]

Пигментирането на кожата е нормална защитна реакция спрямо ултравиолетовите лъчи на слънцето. Тази пигментация е израз на добро здраве.

Светлината влияе и на хормоналната функция на организмите. В основата на главния мозък лежи жлезата епифиза, описана още от римския лекар Гален, а френският философ Декарт е считал, че в нея се намира душата. Тази жлеза при животинското царство е регулаторния механизъм, който пригажда животните към зимните и летните условия на живота. Колкото повече светлина има в природата, толкова повече намалява производството на хормона мелатонин от тази жлеза. А този хормон потиска половите функции, т.е. през пролетта и лятото животните стават полово активни. Установява се, че това влияние на тази жлеза се е запазило отчасти и при човека. С това се обясняват и нашите оптимистични и весели чувства през пролетния период.

Тази жлеза — епифизата, се нарича още пинеалната жлеза и в ранния стадий на животинската еволюция тя е била зрителен орган, разположен между двете вежди. Така се обяснява и съществуването на циклопите (еднооките) в митологията на човечеството.

„В един час, в една минута, в една секунда човек може да придобие здравето си. Как? Като се постави под влияние на специални токове. Такива токове съществуват в природата.В самото слънце съществуват особени лъчи, особени токове, ко-

ито могат да възкресят човека. Човек трябва да знае, да има знания, как и кога да възприема тези лъчи, за да се ползва от тях.“ [121]

„Медицината препоръчва като метод за лекуване, да ходи човек гол. С това тя иска да даде възможност на болния да използува слънчевата енергия и чистия въздух.Докато си болен, ще ходиш гол. Ако и като здрав ходиш гол ти имаш друга идея — да запазиш здравето си, като използуваш природните сили.“ [13]

„Цветовете са пасивната страна на светлината. При развиване на светлината се добива студ. Първите три цвята на дъгата (червен, оранжев и жълт) са физическият свят. Другите три цвята (зелен, небесносин и тъмносин) са за астралния свят, и последният (виолетов) е за духовния свят.“ — казва П.Дънов.

„Седемте цвята представляват седем разумни свята, които изпращат на земята по един цветен лъч. Колкото по-силен е цветът, толкова по-близо е до нас светът, който изпраща този цвят.“ [20] В своето писмено творение „Завета на цветните лъчи на светлината“ [194] Учителят П.Дънов определя цветовете така: червените лъчи са тези на земния живот; розовите — на любовта и на живота; портокаловите — на здравето и на физическия свят; жълтите — на знанието и мъдростта; зелените — на растежа и плодородието; сините — на истината; виолетовите — на силата на Духа; аметистовите — на смирението, а белите лъчи — на чистотата. „Някои лекари са дошли до лекуването с цветове. Червеният цвят произвежда оживление; портокаловият — благородно индивидуализиране; жълтият — уравновесяване на чувствата, мир и спокойствие; зеленият — растене; синият — подем; тъмносиният — решителност, устойчивост; моравият — сила на характера.“ [174] „Ученикът трябва да употребява синия цвят, за да бъдат вибрациите му духовни, по-бързи и по-нежни.“ [180] „На окултния ученик се препоръчват и зимните екскурзии. Тогава той ще носи в ума си само една мисъл: синьо небе и белия цвят. Белият цвят ще произвежда повдигане на душата ви и вие ще си кажете, и така е хубаво — навред синьо небе и бял сняг.“ [6]

„Ако имате екзема, ако ви падат косите, ако имате ревма-

тизъм в ставите или пък някакви подувания в корема, направете си някаква веранда, изложена на слънцето, хвърлете си ризата до пояса, легнете на един креват с главата на север, а краката на юг, изложете гърдите си на слънцето, като пазите главата си от неговото въздействие и стойте така 1/2 час, после 1/2 — гърба, и пак 1/2 час гърдите, 1/2 час пак гърба и т.н., докато се изпотите. Ако направите 20-30-40 такива бани, всичко ще ви мине.“ [195]

Разбира се, при такива по-продължителни облъчвания трябва да се пристъпи отначало внимателно, докато кожата привикне на слънчевите лъчи. Слънчево изгаряне се получава, когато при първото облъчване времето е много продължително.

„Ако гърлото ви боли, вие можете да отправите към него портокаловия цвят. Зеленият цвят е този, в който са потопени всички същества на земята. Съществата, които изпращат живота на земята, изпращат червения цвят, именно като символ на живота.“ [20]

„Изучавайте влиянието на цветовете върху очите си. Правете опити с различните цветове, да видите какво е влиянието на различните цветове през различните часове. Добре е за тази цел да си служите със стъклена призма.“ [21]

3.9.2. Музиката и здравето

„Човек може да се лекува още и чрез музика. Известни музикални тонове повишават вибрациите на организма, вследствие на което неговото състояние се подобрява. Накарайте някой болен да пее и той ще оздравее.“ [73]

Колкото светлини и багри има в света, толкова музикални тонове го проникват. Колкото светлинни нюанси се преплитат във вселената, толкова музикални полутонове и акорди вибрират в нея. От това следва, че не само светлината има свой континуум, но музиката изгражда свой континуум във вселената.

„Музиката, това е един от великите Божествени методи за тонизиране.“ [55] „Музиката е мощно средство за възпитаване на човешкия характер. Без музика е невъзможно да се възпитава човек.“ [9] „Всички окултни школи препоръчват пеенето и свиренето като средство за тонизиране, за излизане от известно дисхармонично или отрицателно състояние. Песента е говор на душата.“ [17] „Музиката е сила, която трансформира енергиите на човека. Ако не си музикален, енергиите в тебе не могат да се трансформират.“ [49]

„Музикалните тонове са свързани с човешкия организъм. Мозъкът има свои тонове и вибрации; сърцето има свои определени тонове и вибрации; стомахът има свои определени тонове и вибрации; мускулите, костите на човека също така имат свои определени тонове и вибрации. Тъй щото за в бъдеще музиката ще служи като средство за лекуване.“ [86] „Един от новите начини за лекуване е музиката. Има болни, които се лекуват като им се свири на цигулка; други — като им се свири на китара; трети — на флейта, и т.н. Различните инструменти оказват специфично влияние върху отделните хора. Ако болният обича да слуша цигулка, ще му свирите леко, но с възходящи вибрации, които започват с тона „ДО“, обаче не тона „ДО“, взет от камертон, но естественият тон „ДО“. „ [90]

„Човек трябва да пее за себе си поне половин час на ден. Не пее ли, работите му няма да вървят добре.“ [105]

„Не мислете за страданията си. Щом дойдат страданията, пейте. При сиромашията и недоволството, пак пейте. Каквито неприятности и да ви се случат в живота, пейте. Обидят ли ви — пейте. Изгубиш парите — пейте. Пропаднеш на изпит — пейте. Не можеш да спиш — пей. Не си доял — пей.“ [132] „Пеенето не е музикално чувство, то е музикална способност. То не е дарба на сърцето, а на ума — една от най-великите дарби. Следователно, ако човек не пее, не може да бъде здрав.“ [131]

3.9.3. Хигиената и здравето

„Днес от всеки човек се иска физическа, сърдечна и умствена чистота." [114]

„Не бързай да лекуваш един човек, докато не го научиш какво нещо е хигиената. Ако срещнеш един болен, бил той прост или учен, ще му кажеш да си купи елементарна анатомия и физиология и да почне да изучава своите дробове, своето сърце, своя стомах, мозък и т.н. Като научи всичко това, ще му кажеш да не греши. Само така той ще разбере, че знае защо трябва да води чист и свят живот." [57]

„Според мене, миенето на главата не причинява само приятност, но оказва известно въздействие върху вашия характер." [46]

„Миенето е един свещен акт. Вие как се миете сутрин? Не трябва да се миете бързо, както обикновено правите, трябва да спазвате известни правила. Ще вземете един чист леген, ще налеете в него вода, малко топличка и ще наплискате лицето си хубаво. След това ще го изтриете леко, едва да попиете влагата, с много мека кърпа. Вие търкате лицето си много силно. Направете така. Мийте се по новото правило. Не плискайте лицето си силно с водата, но леко, да ви е приятно, както че ли се милвате, едва да го докосвате." [83]

„Чистотата е необходимо качество за окултния ученик, затова научете се да си миете ръцете най-малко три пъти на ден: сутрин, обед и вечер. Също така по три пъти на ден ще измиете краката, лицето си и подмишниците. Подмишниците имат особени жлези, чрез които се отделя потта, и ако тия части на тялото не се мият често, задържат се различни болести. На всички, а особено на тия, които са чиновници, препоръчвам и следното измиване: като се върнете на обяд, съблечете си горните дрехи, вземете стомничка вода, която сте донесли от сутринта или от предишния ден и залейте се с нея, от главата до краката. След това леко се изтрийте. Ще се облечете с чисти, сухи дрехи." [83]

„Когато си миете косата на главата, ще я миете със сапун само веднъж в месеца, и то с хубав, чист сапун. Иначе може да миете главата си по-често, но без сапун, а с хума. Сегашните модерни сапуни не са чисти; те са направени от умрели

животни. Хумата е за предпочитане пред сапуна. Ще изпечете добре хумата, ще я залеете с малко оцет и ще я размиете в много вода. С тази каша ще намажете няколко пъти главата си и след това ще я измиете с чиста вода. Така косата става мека и запазва магнетизма си.“ [95]

„Дрехите, обущата, тялото трябва да бъдат идеално чисти. Човек трябва да мие лицето, ръцете, зъбите си по десет пъти на ден. Чист трябва да бъде човек във всяко отношение. Ако човек не е готов да поддържа физическа чистота на тялото си, как ще поддържа своята духовна чистота.?“ [106]

„Човек трябва да пази чистота навсякъде. На ученика не му е позволено да плюе на земята. Той трябва да носи кърпичка в джоба си и като стане нужда да плюе или да изтрие носа си, да си послужи с кърпичката си.“ [109]

„Аз наблюдавам живота на българина, добре го познавам. Българите имат обичай, като строят къщата си, да си правят веранда пред къщата, главно на юг. Като чисти и мие къщата домакинята хвърля нечистата вода вън от верандата: днес на едно място, утре на друго. Гледаш, не минало много време, някой заболява: мъжът, жената или децата. Казват си: не знаем каква е тази къща, откак влязохме в нея, често боледуваме. Причината за това е изхвърлянето на мръсната вода, която носи зараза.“ [112]

„Тъй щото искате ли да бъдете здрави и весели, всяка ваша мисъл, всяко ваше чувство и всяко ваше действие трябва да са проникнати от идеята за абсолютна чистота.“ [114]

„Никога не изливайте водата от лицето си на нечисти места. За нечистите места това е добре, но за вас не е добре. Де да хвърляме тази вода? — пита някой. На цветята, на дърветата, но в никой случай, дето минават хората или на нечисти места.“ [148]

„Здравето на човека зависи от неговата външна и вътрешна чистота. Идейната чистота се иска от човека. Когато казваме, че човек не трябва да се занимава със слабостите и недъзите на хората и да ги критикува, ние имаме предвид той да пази свещено чистотата на своя живот, с нищо да не я разрушава, за да не се излага на смърт.“ [114]

3.9.4. Облеклото и здравето

„Дрехите на ученика трябва да бъдат широки и удобни. Не дрехата, но лицето трябва да изпъква, и не лицето, а душата.“ [180]

Нека си припомним поговорката: „Човек се посреща по дрехите, а се изпраща по ума.“ Значи все пак дрехата по вид и чистота играе роля за приемане на човека и отчасти разпознаване характера му. Но дрехата създава и условия за добро здраве: „Облеклото трябва да бъде широко, за да става постоянно проветряване на тялото и да стават свободно електрическите и магнетични течения. Облеклото трябва да е леко, жените трябва да си направят такива облекла, които прилягат добре на тялото им. Аз бих желал жените на Бялото братство да имат особена осанка, да се стремят към красота на тялото, да се развиват. Затуй давам на всички тези упражнения, за да не сте хилави.“ [35] „Онези хора пък, които са слаби, които по естество са електрически натури, да носят вълнени дрехи, по възможност всичко вълнено, понеже вълнените дрехи са магнетически. На сухите хора препоръчвам вълнени дрехи, а на пълните — памучни.“ [56]

„Дрехите на разумния човек трябва да са направени от растителна материя. Донякъде за препоръчване са и вълнените дрехи, направени от вълната на овцете.“ [76] „При сегашното развитие на човечеството, най-добре е хората да се обличат с дрехи, които имат меки, приятни цветове, за да се смекчават чувствата им. Цветовете на дрехите трябва да са такива, че да задоволяват самия човек. Естествените цветове, които съответстват на сегашното развитие на хората, са ясносиният и ясножълтият.“ [86]

„Истинската красота в модите е тази, която има предвид естетиката и хигиената. Кръстът и гърдите на човека трябва да бъдат добре запазени.“ [87]

„Идейният човек не си позволява да ходи със скъсани дрехи или със скъсани обувки. Дрехите му могат да бъдат стари, но няма да има дупки. Яви ли се някаква дупка на дрехата му, той веднага взема мерки да я закърпи. Ако този човек няма шапка, той ще ходи гологлав, но никога със скъсана шапка.“ [86]

„Дамите, особено, носят кожи от лисици, зайци по вратовете си, вследствие на което се поддават на тяхното влияние. Най-добрите дрехи, които човек трябва да носи, това са лenените и памучните.“ [93]

„Щом се докосна до медицината, веднага обличам белите дрехи. Белите дрехи не ги хваща болест. Като знаят това, лекарите носят бели престилки, които употребяват като дезинфекционно средство.“ [121]

3.10. Лекарят и лекарствата

„Един лекар е толкова по-способен, колкото повече се приближава в методите и лекарствата си до тия на природата — невидимия лекар на живота“ [4]

3.10.1. Лекарят

„Лекарите помагат на хората, те са придобили изкуството да лекуват болните, но добре е, покрай тази работа, да им проповядват хигиена на здравето.“ [153] „Ако не знаете как да боравите с вашето тяло, мислите ли, че ще ви върви успешно? Лекарите за пример знаят всички симптоми на болестите. Но те виждат все лошото, все симптомите на болните. Всички изучават само отрицателните черти на човешкото развитие.“ [55]

„Ние лекарства не употребяваме. Не казваме, че не искаме лекари, но лекар, който е роден такъв, лекар, пратен отгоре. Ние не искаме лекари занаятчии, платени лекари. И всеки от нас трябва да бъде лекар на себе си, а някой път, дето не помогне, може да се прибегне до лекар, но пратен отгоре.“ [55]

„Всички хора не могат да бъдат лекари, не са създадени за това. Определено е количеството на лекарите в света.“ [158]

„Ти плащаш двеста-триста лева, но това, което лекарят дава от себе си, струва хиляди. Само като пипне лекарят — от него излиза енергия.“ [158]

„Между лекаря и болния трябва да има, да съществува взаимна любов. Ще кажете, че като платите на лекаря, той е

длъжен да ви помага. Не може да ви помага онзи, който не ви обича." [155]

„Ако сте лекар и разбирате живота разумно, вашите лекарства, вашите методи ще дадат добри резултати. Незавидно е днес положението на лекаря при съвременните разбирания на живота. Той отиде при един болен, при друг болен, този пипне, онзи пипне, все дава нещо от себе си и всички болни очакват да им помогне нещо." [5]

„Лекарите (днес) препоръчват едно и също лекарство на всички болни от същата болест. Обаче лекарството не помага. Двама души не могат да се лекуват с едно и също лекарство." [159]

„На младия лекар може да се даде следния съвет: никога да не говори на болния за болестта му. Ще пипне пулса му, както и да го намира, лекарят трябва да се изпълни с вяра и надежда в Бога, че болният ще оздравее. Тази положителна мисъл на лекаря ще се предаде на болния. Щом болният се ободри и обнадежди, оздравяването му е осигурено. В такъв случай, ако болният е трескав, лекарят не трябва да му предписва 50 сгр хинин, каквато е дозата за възрастния, но да го лекува по хомеопатичен начин." [20]

„Когато лекува болни, лекарят трябва да помага, без да се свързва с тях. За да повдигне болния, той трябва да внесе някаква нова идея в ума му." [20]

„За да не се натъква на недоволството на болния, лекарят трябва да знае, кого да лекува и кого да не лекува. Ако костите зад ушите на болния са издадени, той може да се лекува. Той издържа на болести. Ако брадата на болния е широка, а долната ѝ част малко издадена, този човек маже да се лекува." [21]

„Лекарят допринася много за усилване на вярата на човека. Някой минава за безверник, отрича Бога,отрича всичко в живота, но като заболее сериозно, веднага вика лекар. Каквото му препоръча лекарят, той изпълнява точно и с вяра... При лекуване вярата и волята трябва да вземат участие." [31]

„Според моите схващания, всяка една болница след четиридесет години трябва да се изгори. Защо? В тази болница има толкова хленчения, пъшкания, тя е просмукана с тези болезнени мисли, с миризмите, че който влезе вътре, здрав не

излиза. И лекарите напразно се мъчат да лекуват болните: те се заразяват от самите мисли на другите болни.“ [39]

„Лекуването става само по благодат. Някой трябва да отдели не от излишъка си, ами да направи една жертва, да отдели малко от живота си, за да се възстанови здравето на болния.“ [56]

„От чисто окултно гледище, някой лекар ти дължи нещо, от миналото, той трябва да ти се изплати. Ти си на умиране. Той дойде, има магическа сила в себе си, тури ръката си на главата ти и ти оздравееш. Не е право това, да не искаме лекари, но глупаво лекуване не искаме.“ [56]

„Всички лекари са асистенти на живата природа. Те учат хората, как трябва да живеят.“ [57]

„Защо са болестите в света? Те са възпитателно средство. Чрез тях невидимият свят изправя хората. Ако съвременният лекар съзнае това, той трябва да учи хората, своите пациенти, как да живеят. Не е достатъчно да пипнеш само пулса на болния и да му дадеш някакво лекарство. Не, хвани ръката на болния и кажи: аз ще те излекувам, ако си готов да изправиш грешките си, да водиш чист живот. И само като болният обещае, че ще изправи живота си, тогава лекарят да го лекува. Този е начинът, по който лекарите могат да правят добро на хората“ [61]

„Хората се нуждаят от ново знание, да познават великите закони, които работят в света. Нова медицина е нужна на съвременните хора... Сега има нови лекари, които определят диагнозата по ноктите. Други определят диагнозата по ръката на човека. Те познават не само сегашното състояние на болния, но и това, което в бъдеще предстои да му се случи.“ [61]

„Лекуването не седи в това да освободите хората от техните болести, но да им дадете начини, методи, да запазят здравето си. Иначе, всяка наука, колкото и да е съвършена, може да се изроди.“ [83]

„Светът се нуждае от разумни лекари, които да лекуват по нов начин. Такъв лекар ще лекува болния според законите на Любовта и болният ще му плати според законите на Любовта. Тогава и лекарят ще бъде доволен, и болният ще бъде доволен. Бъдещите лекари ще лекуват не само физически, но и психически заболявания. „ [89]

„Всички болести се дължат на човешки грехове и престъпления. Лекарят трябва да може да лекува болния, като вникне в причината на болестта. Природата изпраща болестите, като начин за изправяне на прегрешенията. При съвременната медицина болестите не само не се намаляват, но се и увеличават.“ [95]

„Как ще си обясните, защо един лекар, като препоръча известно лекарство, има резултат, а друг, при същите лекарства, няма резултат? Значи в организма на втория лекар не се съдържа тъкмо този елемент, който би бил в сила да помогне на болния. На болния всякога липсва нещо.“ [112]

„Когато лекарят лекува болния по магнетически начин, преди всичко той трябва да бъде силен, да не се поддава на състоянието на болния.“ [118]

„Лекарят помага не толкова с лекарства, колкото с магнетизма, който изтича от него. Между лекаря и болния трябва да има хармонични отношения.“ [127]

3.10.2. Лекарствата

„Лекарствата, които лекарят препоръчва на болния, имат голяма сила дотолкова, доколкото е неговата вяра“ [4]

„Съвременните лекари си служат, както природата с отровни лекарства. Те прилагат като метод за лекуване хомеопатията и алопатията, с които природата си служи. Лекарите знаят, че в човешкия организъм винаги има запас жизнена сила, която понякога е инертна и не може да се използува. За тази цел те дават на болния известна доза отрова, като лекарство. Понеже организмът не търпи чужди вещества в себе си, той започва да се бори, за да изхвърли отровата навън. В тази борба именно в организма се събужда скритата енергия и той започва усилено да функционира. Така човешкият организъм се справя с различните болести. Алопатът поддържа, че външната подбудителна причина трябва да бъде много силна и дава силни дози лекарства. Хомеопатите поддържат, че външната причина трябва да бъде много слаба и дават за лекарства силно разредени течности. Каквато и да бъ-

де външната причина, всички съзнават, че човек може да се лекува, когато се събуди в него резервната жизнена енергия и се подтикне деятелността ѝ.“ [4]

„В хомеопатията се казва, че след 30-ото разреждане на една капка от известен разтвор, всяка капка от последния, дадена на някой болен, може да го излекува. Можете ли да изчислите, каква част от материята може да го излекува. Можете ли да изчислите, каква част от материята се съдържа в последната вода, след 30-ото разреждане на капката, като знаете, че всяка капка съдържа 1/100 част от материята в милиграма? Като се извади една капка от първото шише, тя съдържа 1/1 000 000 част от първичната материя, а след 30-ото разреждане капката ще съдържа 1/1 000 000 на 30 степен.“ [191]

Говорихме вече за т.нар. „памет на водата“, при която водата съдържа различно съотношение на нейните 6 вида реконструирани молекули. Но освен това при хомеопатията се предписва лекарството на принципа „подобното подобно лекува.“ „Съвременните хора се лекуват обикновено по стария начин, с лекарства, с бани и т.н. Този начин на лекуване е бавен и дава микроскопически резултати. И аз лекувам по този начин. Като дойде някой болен при мене, аз му давам известни методи, известни съвети и му казвам, ако изпълниш съветите ми, след шест месеца ще имаш микроскопически резултати. Обаче аз не лекувам хората по новия начин. Защо? Новият начин е духовно лекуване. Ако излекувам някой човек по духовен начин, той ще греши още повече и с това ще си създаде по-големи затруднения в живота.“ [78]

„Мнозина се опитват да приложат знанията си за лекуване на хората. Лекуваш едного с един цяр — оздравява; лекуваш другиго със същия цяр, но положението му се влошава. Изобщо, невъзможно е всички хора да се лекуват с един и същи цяр. За всяка болест, за всеки човек е нужен специален цяр.“ [94]

„Ако изследвате храните и лекарствата, които химиците и медиците препоръчват на хората, ще видите, че повечето от тях съдържат елементи на разрушаване, елементи на смъртта.“ [121]

„И аспиринът помага, и рициновото масло помага, но временно. Ако стомахът не възстанови своята нормална служ-

ба, рициновото масло не помага. Ако главата не дойде в своя нормален ход, никакъв аспирин вече не помага." [121]

„Изобщо по-лесно се лекува човек преди заболяването, отколкото след заболяването." [24]

„Питат ме някой път: трябва ли лекарите да правят операции на тялото? Казвам, не трябва да правят, ако тялото е здраво, а ако тялото е болно, има цирей, лекарят трябва да изстиска този цирей, да направи тази малка операция." [39]

„Един го схваща по един начин, други се обидили, че съм казал: операции не трябва да се правят. Принципиално говоря, там, дето природата не е разрешила да се правят операции, не правете. Когато искате да правите една операция, питайте природата, ако тя позволи, направете я, но там, дето тя не е дала разрешение, никой лекар няма право да прави операция. Най-великият лекар е природата и ако той позволи, нека правят операция. Аз съм за разумната операция, а не за неразумната." [39] „Гноясал цирей не се нуждае от четене на молитви, от Отче наш. Той се нуждае от нож. Ще го изрежеш и ще го изчистиш, като му кажеш: Твоето място не е тук." [52] „За хората от света е позволено да се подлагат на операции, но на окултния ученик не е позволено. Операциите са излишни страдания." [83] „Вярно е, че трябва да се правят операции, но не физически. Съвременната наука трябва да върви от психологическото към физическото... Първо трябва да се намери причината, която предизвиква болката, и тя да се отстрани." [83]

4. Физически и духовни упражнения

„Помнете: без движение човек не може да расте, нито физически, нито духовно и умствено. Движението е сила, която дава мощ, светлина на мисълта. Тя укрепва и чувствата у човека." [140]

„Още от дълбока древност лекари и философи смятали, че е невъзможно човек да бъде здрав, без да се занимава с физическа култура. Древногръцкият философ Платон нари-

чал движението „лечебна част на медицината", а Плутарх „хранилище на живота". [269] А Учителят П.Дънов казва: „Чрез движенията си човек регулира енергиите на своя организъм. Колкото по-съзнателни са движенията му, толкова по-правилно се регулират енергиите на неговия организъм." [42] „Между духовните и физическите прояви има пълна хармония. Някой казва, защо трябва да правим упражнения? Разумно трябва да ги правиш. Това е закон на природата. Ако искаш да живееш нормално, трябва да правиш упражнения. Искаш, не искаш, ще правиш упражнения, природата ще ви застави насила." [63]

„Аз се опасявам за вас, за вашето здраве и физика. Някои от вас вместо физически да се повдигнете, физически се разглобявате и на това именно аз не се радвам, та затова ще ви се препоръчват тая година (1910) телесни упражнения. Аз искам да бъдете физически здрави, защото болният човек не е духовен човек. От болни хора във веригата не се нуждая. В един болен човек все може справедливо да се предполага, че има лоши духове, които влияят в него, за да го разрушат." [133]

„Всеки ден човек трябва да прави известно число движения. Ако не ги прави доброволно, ще дойде някоя болест. Като дойде болестта, той ще прави толкова движения, колкото са били необходими: ще рита, ще ляга, ще става, ще се върти на гръб, на корем, ще се навежда и т.н. Ще извърши толкова движения, колкото природата е определила." [63]

„Каквито са движенията на вашето тяло, такава ще бъде и мисълта ви. Ако движенията ви са гъвкави, пластични, и мислите ви ще бъдат гъвкави и пластични. Казвате: то е физическо. Да, но физическото е резултат на духовното." [69]

„Човек е дошъл на земята не да разкрива тайните на Битието и на природата, но е дошъл да учи, да преустрои организма си." [41]

„И тъй, като правите упражнения, знайте, че те ще имат резултат само тогава, когато се извършват съзнателно, когато почиват на някакъв велик закон, а не на внушение...На каквато възраст да е човек, трябва да прави правилни движения." [104]

„Всяка сутрин прави психически упражнения, да се обновиш. Аз правя много упражнения. Ако са външни, те нищо не ползват. Ценно е това упражнение, което едновременно има и вътрешен, и външен смисъл.“ [135]

4.1. Упражнения за физическо укрепване

„Искам всички членове на веригата да правят упражнения — чисто телесни упражнения. Това го изисква духът и то, за да се образува хармония в организма. И то ще го правите редовно поне няколко пъти в седмицата. Това е един начин, как да връзвате ума за работа за тялото. Тъй щото, ще имате тогава здрави тела, здрави умове и здрави души.“ [233]

Така на 18 август 1910 година Учителят П.Дънов предава и описва първите 7 телесни упражнения на членовете на веригата: „Упражненията ни се дават тази година от Духа“ — казва протоколчикът Гумнеров. [233]

Първо упражнение: Ръцете опънати назад и надолу с дланите, движим ръцете кръгообразно — назад, нагоре, и се навеждаме с тялото, докато по възможност пръстите на ръцете опрат до земята; след това се изправяме и ръцете се повдигат нагоре — напред, като се изнасят кръгообразно назад, докато дойдат в първото положение. Упражнението се прави три пъти. Това упражнение е за стомаха.

Второ упражнение: Изнасят се ръцете напред, успоредно и хоризонтално, после се разширяват (разтварят) встрани — хоризонтално, като се гледа дланите да бъдат обърнати към земята. Прави се три пъти. Това упражнение е за гърдите.

Трето упражнение: Повдигат се ръцете нагоре (над главата) и се повива тялото от кръста — надясно, напред, наляво, назад, за да се образува кръг. Три пъти наляво и три пъти надясно (се повива). Това упражнение е за долните центрове на симпатичната нервна система.

Четвърто упражнение: Изнасяме ръцете встрани, хоризонтално с длани надолу, после ги издигаме нагоре, като се

превиват (от лактите) край главата и образуват кръг върху раменете, след това се връщат, докато достигнат първото си положение (встрани хоризонтално). Прави се пет пъти. Това упражнение е за развиване на горните центрове на симпатичната нервна система.

Пето упражнение: Изнасяме десния крак напред и едновременно дясната ръка напред, един срещу друг, докато се допрат пръстите им. След това се описва кръг с ръката (надолу и назад), а кракът се изнася също назад и превива назад постепенно и съобразно с кръга на ръката (той се превива в коляното), докато пръстите на ръката допрат петата на крака. Прави се три пъти с десния и три пъти с левия крак и ръка. Важи за укрепване на нервната система.

Шесто упражнение: Изнасяме ръцете хоризонтално напред с длани надолу. При това положение извиваме трупа си, от кръста на горе, от дясно към ляво и след това от ляво към дясно, като гледаме щото главата да се обръща на противоположната страна на трупа и ръцете. Прави се три пъти надясно и три пъти наляво. Това упражнение важи за усилване кръвообращението в мозъка. За това упражнение П.Дънов казва, че е най-хубавото упражнение.

Седмо упражнение: Протягат се ръцете напред хоризонтално с длани надолу, след това се изнасят и завиват нагоре и назад, при едновременно приклякване върху цялото стъпало, без да се вдигат петите. Ръцете в това време са назад-долу и загребват при движението си напред, изнасят се напред-нагоре при едновременното изправяне на тялото. Прави се три пъти. Упражнението се дава за усилване на малкия мозък.

Протоколчик Гумнеров записва думите на Учителя: ¶2Тези упражнения ще правите всеки петък, сутрин, или преди обед, или преди лягане на гладно сърце, умът ви да е съсредоточен върху тях. Тези упражнения са свързани с известни влияния и ще произведат много силни вибрации. Найблагоприятното време да се правят тези упражнения е сутрин, или вечер преди лягане, както Духът повелява...Тия упражнения ви се да ват за да бъдете здрави. Те се дават, за първи път и в никоя книга по здравеопазването няма да ги намерите.“ [233]

Една година по-късно — през 1911 година, при среща на веригата в град В.Търново, Учителя казва: „Гимнастиките, които ви се препоръчаха миналата година, може да правите всякога, всеки ден и по колкото пъти искате.“ [233]

„Приложете дълбокото дишане при гимнастическите упражнения. При всяко изправяне на тялото вие поемате дълбоко въздух и го задържате в дробовете си, докато дойде време за клякане. Щом клекнеш към земята, издишаш въздуха си.“ [151]

Упражнение за дълбоко дишане: Ръцете изнасяте хоризонтално на височината на раменете. След това ги изнасяте бавно настрани и бавно поемате дълбоко въздух; после ръцете опънати се издигат нагоре до главата, а въздухът се задържа в дробовете. Ръцете в положението над главата бавно спускате встрани надолу, като едновременно се издиша бавно.“ [152]

„Иска ли да възстанови своите красиви мисли и чувства, човек трябва да прави физически упражнения: гимнастика, екскурзии, спорт.“ [106]

Всяко движение има и своя психологически и душевен смисъл. Ето пример: „Движението с вдигане на ръцете нагоре, към Бога, означава съединение, защото като се съединим с Бога, приемаме сила.“ [233] „Какво означава първото движение напред? Двете ръце това са волята, проявата на Любовта. Вземаш първата стъпка — да правиш добро. Броиш до шест, значи решил си вече да правиш добро. После започва приклякване слизане навътре в живота, за да извършиш това, което си решил. Направил си някаква крива постъпка, тогава отстъпваш назад и поправяш грешката си.“ [35]

В беседите си до края на 1931 година Учителят П.Дънов описва още 31 физически упражнения за укрепване на физическото здраве. Те са различни и с различна трудност. Участват предимно ръцете, има приклякване, усукване, загребване, издухване с дробовете и т.н. Тези упражнения са обект на отделно описание.

4.2. Упражнения за духовно укрепване

За окултния ученик от съществено значение е, когато прави движения и упражнения, да може да се концентрира духовно, да се изолира от впечатленията си от околната среда и знаейки значението на всяко движение, да се вживее в него.

„Например ние вдигаме ръцете нагоре. Някои казват, че е механически. Казваме на Господа, че искаме да растем, да се стремим нагоре. Турим ли ръцете си тъй (ръцете горе, отворени с длани навътре, като отворен цвят), това показва цъфтене. След това съединете ръцете под форма на венец над главата, полукръг, което показва завързване на плода." [233]

Мисълта си можем да отправим към всемира, като използуваме ръцете и краката като отправни антени. Ето едно упражнение, което дава възможност да се изолираме и оградим от чуждо влияние.

„Поставете палците на ръцете си един до друг, а останалите пръсти на двете ръце съединете горе (като за молитва). След това поставете ръцете си пред лицето. Представете си, че сте център и мислено опишете около себе си, около центъра, един светъл кръг. След това мислено опишете още един светъл кръг около себе си, в посока отзад напред. Найпосле опишете мислено още един светъл кръг около всички. Упражнението ще трае всичко две минути. Кръговете които мислено описахте, представляват разумни движения." [4]

„Сега за една седмица ще ви дам следното упражнение: всяка вечер като си легнете, мислете до две минути върху Любовта на Единния, Когото не познавате. Като размишлявате за Бога, представете си Го като център, от който животът излиза. После мислено си представете една малка буболечица и отправете към нея любовта си, като към същество, излязло от Единния." [4]

Упражнение за концентриране на мисълта е: „С левия палец подпирате десния, с десния показалец подпирате левия, с левия среден пръст — десния среден пръст, с десния безименен пръст — левия, с малкия ляв пръст — десния малък пръст. След това обратно: с десния палец подпирате левия,

с левия показалец — десния, и т.н. Ще правите упражнението сутрин и вечер, за една седмица.

Втората част на упражнението: Лявата ръка ще отворите свободно. Дясната със свити пръсти, като само показалецът е свободен, и с него ще минете от върха на малкия ляв пръст към дланта, после по посока на безименния до върха му, от безименния към дланта, после до върха на средния, пак назад до дланта, до върха на палеца. След това обратно с левия показалец ще минете по дясната ръка. Това ще правите два пъти. Когато правите това упражнение, ще гледате да имате в ума си една приятна мисъл, едно благородно и положително желание.“ [55] „Разгневил ли се е някой, изгубили ли сте равновесие: вдигнете ръце над главата и леко докоснете с тях цялото тяло отпред, надолу покрай главата и после изтласквате (магнетично обливане). Това упражнение ще правите за вас и когато имате резултат, тогава ще го изучавате. Упражнението да се прави повече от три пъти.“ [35]

„Ръцете се поставят една срещу друга с допрени пръсти и длани обърнати навън пред лицето. Тъй бавно се разтварят настрани, до хоризонтално положение. Издигат се нагоре над главата, пръстите се допират, дланите се приближават една до друга и в това положение ръцете се спущат пред лицето, под брадата. Дланите се отдалечават една от друга, но пръстите допрени, с длани обърнати навън. В това положение ръцете се издигат бавно нагоре пред лицето. След това ръцете се разделят настрани до хоризонтално положение и т.н. Това се прави три пъти, а при снемането на ръцете за трети път се задържа туй положение: дланите една срещу друга с допрени пръсти, слизат надолу, откъдето всяка ръка се прибира на мястото си.“ [35]

От този род упражнения за духовно хармонизиране се срещат в беседите над още 10, за които Учителя казва между другото: „Мнозина от нас се отнасят небрежно към упражненията. Те мислят, че без упражнения може. И без упражнения може, но ще дойдат болестите и страданията. Като сте неразположени, когато сте в дисхармонично състояние, преди да започнете работа, направете едно — две упражнения.“ [104]

4.3. Упражнения за закаляване на волята и мисълта

„Като правите упражнения, вие не мислите. Движенията ви трябва да бъдат под контрол на вашата мисъл и вашата воля. Само тогава ще бъдете господари на самите себе си и на своята съдба. Има смисъл да правите упражнения, ако придобивате нещо от тях. Каквото придобиете, това се отнася до вас. Едни правят упражненията бързо, други ги правят от страх, от задължение. Стани рано сутрин, направи съзнателно упражненията заради Бога и заради себе си.“ [136]

Първо упражнение: „Представете си мислено следната картина: в лунна светла нощ се качвате на планински връх. Като стигнете върха, ще намерите една висока канара, ще седнете върху нея и ще почнете да размишлявате, да наблюдавате небето. Както седите, по небето се явяват малки облачета, които постепенно растат, стават големи, черни облаци и покриват целия хоризонт пред вас; не се вижда вече луната, не се виждат никакви звезди. Седите неподвижно на канарата, силно концентрирани в мисълта си и в това време, далеч някъде, виждате на хоризонта малка светлина. Небето се отваря, облаците се разсейват, хоризонтът се пуква и след малко слънцето подава своята пурпурно златна главица. Упражнението трябва да трае всичко пет минути.“ [4]

Второ упражнение: „Проточете дясната си ръка напред, с длан надолу, и мислено прекарайте принципа на точността във всеки пръст поотделно: в палеца, в показалеца, в средния пръст и т.н. Съсредоточете мисълта си към всеки пръст по десет секунди. След това приберете дясната си ръка на мястото. Направете същото упражнение и с лявата ръка.“ [4]

Трето упражнение: „Изнесете ръцете си пред гърдите и допрете върховете на палеца и на малкия пръст на едната ръка с палеца и малкия пръст на другата, така че ръцете с дланите надолу да образуват права линия, успоредна на ра-

менете. (всъщност показалецът, средният и безименният пръст на дясната ръка лягат върху същите пръсти на лявата, а палецът и малкият пръст са допрени с върховете си.) При това положение, палците и малките пръсти остават неподвижни с върховете си, а трите средни пръста са подвижни, при което тия от дясната ръка поставете върху трите свободни пръста на лявата и ги плъзгайте по тях, докато се допрат с върховете си. После плъзгайте същите пръсти, но от долната страна на лявата ръка, като си представяте мислено, че с видимо усилие преодолявате известно препятствие. Бавно спускайте ръцете надолу, додето е възможно, но тъй че малките пръсти и палците да остават неподвижно прикрепени, а дланите на ръцете да бъдат успоредно с плоскостта на тялото, т.е. палците да сочат нагоре, а малките пръсти — надолу. При това положение трите свободни пръста на дясната ръка — първо отгоре, после отдолу, без да се упражнява мислено някакво усилие, както при първото упражнение. Издигате ръцете в първото положение, успоредно на раменете с десните пръсти върху левите. Упражнението продължава по същия начин. През времето, докато трае упражнението, умът ви трябва да бъде съсредоточен към ръцете и пръстите. Правете това упражнение десет дена наред, всяка вечер по пет минути, преди да си легнете." [4]

Трябва да отбележим, че тези важни за развиване на мисълта и волята упражнения Учителят П.Дънов дава на младежкия окултен клас през периода 1922-1930 г.

Четвърто упражнение: "Сега ще ви дам упражнение за усилване на паметта: ще турите ръцете си на кръста. След това ще вдигнете десния си крак и ще го турите (допрете) с петата си колкото се може по-високо на бедрото на същия крак. През това време ще стоите само на левия крак. После свалете крака си и ще направите същото упражнение с левия крак. Така ще правите ту с десния, ту с левия крак в продължение на десет минути. Това упражнение развива стабилността на организма, а също така оказва влияние върху паметта." [81]

Пето упражнение: "В продължение на една седмица да не мислите лошо за никого. Срещнете ли някой човек, намерете в него една добра черта. Каже ли ви някой нещо добро или зло, знайте, че ви изпитват, дали ще издържите и дали ще направите упражнението си както трябва. Може ли да не направим упражнението? (Пита някой) — Не може. Ученикът е длъжен да прави упражнения. През цялата седмица ще бъдете слепи и глухи за злото." [126]

5. Лечебни билки, препоръчани от П.Дънов

Понеже растението отговаря на определена творческа воля на природата и представлява, като лекарствена дрога, една терапевтична единица [268] Учителят П.Дънов предпочита да препоръчва за лечение предимно билките, събрани от всеки от нас. Той казва: „Лятно време събирайте равнец; всеки вкъщи да има събран равнец: бял и жълт, та който не може да се лекува с волята си, да пие тия треви. После пийте и синя тинтява. Наберете си, те са магически растения, които помагат. Наберете си мащерка, зелени листа от ягоди и те са лечебни. Наберете си дребна лайкучка. Ще имате цяла аптека от стъкленици." [55]

Билките са най-богатите на лечебни вещества растения. Те съдържат над 20 вида химически (органични или неорганични) съединения или микроелементи, като се започне от рядко срещаните елементи и стигнем до сложните органични съединения.

Според най-силно действуващите вещества (в самите билки) ще ги разделим на следните групи:

5.1. Етерични маслени билки

Те действат на кожата и лигавицата на дихателните пътища. Това са чесънът, синапеното семе, джодженът и др. Съдържащи терпентини: борина, ливадна какула, мащерка и др. Розмаринът и хвойната регулират месечното течение у жената. Хвойната и магданозът действуват диуретично. Засилват потоотделянето: лайкучката, липовият цвят и черният бъз. Към етеричномаслените билки са още: лукът, лавандулата,

копърът, хмелът, теменужните корени, цариградското грозде, кимионът, риганът, планинско омайниче, розата, розмаринът, бял равнец, кервиз, пелин и др.

5.2. Алкалоидни и глюкозидни билки

Те действат на сърдечно-съдовата система, нервната система и др. Това са: арника, тревист бъз, мечо грозде, валериана, черен оман, обикновен пролез, горчивче, разводник, черна боровинка, голо изсипливче, лечебна върбинка, енциана, лечебно великденче, гороцвет, овчарска торбичка, лайкучка, момина сълза, бял имел, мак, планинско омайниче, кукуряк, червена боровинка, бял равнец, трънка, змийско мляко, зайча сянка, червен кантарион, китайски чай, миризлива теменуга, живовляк, тревист бъз и др.

5.3. Амино-холови билки

Те са с кръвоспиращо действие. Най-типична за тях е билката овчарска торбичка. Тук са още: бял имел, обикновен според, часовниче.Тези билки действуват за засилване на отделянето на злъчката и стомашните жлези.

5.4. Антрахинови билки

Билки, които действуват на дебелото черво и следователно разхлабващо. Тук са алоето, слабителна зърника, зърноцвет, майчин лист и др.

5.5. Горчиви билки

Те подсилват секрецията на жлезите на храносмилането. Те са: арника, тревист бъз, класисто великденче, див пелин, горчивче, енциан, синя боровинка, подбел, глухарче, бял равнец, червен кантарион и др.

5.6. Билки с щавещи вещества

Те се препоръчват при възпалителни процеси, при язви и при възпаление на пикочния мехур. Това са: мечо грозде, бреза, черна боровинка, къпина, ягода, кестен, дъб, черен бъз, бял равнец, върба, обикновен пелин и др.

5.7. Билки със силициева киселина

Употребяват се само като млади растения и се препоръчват при компреси, промивки, при рани, гнойници, възпаление на очите, венците и т.н. Това са: шушулки от боб, коприва, бодлив гръмотрън, какула, испански мъх, полски хвощ, камшик, пирей, пача трева.

5.8. Билки със салицилова киселина.

Препоръчват се при ставен ревматизъм, болки в мускулите. Тук са: примулата, мушанката, миризлива, теменуга, липа, върба и др.

5.9. Сапонинови билки

Засилват дейността на всички жлези в организма. Някои от тях са отровни при директно навлизане в кръвта. Отровни за кръвта са листа от бреза, алпийска теменуга, бреза, разводник, син сминдух, росен, бръшлян, пирей, бодлив гръмотрън, полски хвощ, примула, зайча сянка, мушанка, бяло мъртва коприва и др.

5.10. Слизести билки

Те поглъщат отровни вещества от храносмилането. Употребяват се при язви, гастрити, отравяния с храни, при гнойни рани, като компреси. Тук са: розова ружа, червен оман, птиче просо, лечебна ружа, пирей, подбел, блатна перуника, полски мак, синя метличина, дюля, примула, мъртва коприва и др.

5.11. Масни билки

Те действуват подобно на слизестите билки. Тук са: фъстък, лен, мак, маслина, праскова, ядки, синап, сусам, орех и др.

Билки, препоръчани лично от Учителя П.Дънов

За по-лесно намиране на билките в книгата, същите сме подредили по азбучен ред.

1. Бял бор. От това растение се използуват през ранната пролет малките червеникави връхчета (пъпки), както и смолата, която изпуща наранената кора.

Червеникавите пъпчици (връхчета) се накисват в алкохол, за да се образува тинктура, с която се намазват крайниците или ставите при подагра и ревматизъм. Отвара от тези пъпки (15 г пъпки в 500 г вода) се препоръчва по 1-2 чаени чаши на ден при възпаление на дихателните пътища (бронхити, катари и др.) Баня от листата на бора се препоръчва при: кожни обриви, скрофулоза, ревматизъм, подагра, ишиас, безсъние. Учителя препоръчва бора за обмена на жизнените сили, като се облягаме с гърба си на ствола на дървото.

2. Бяла бреза. Използуват се както листата, така и пъпките при развиването им през пролетта. Чай от листата се препоръчва при: отводняване за кръвно налягане, подагра, воднянка (шепа листа на 500 г вода). Клонки от бреза, внесени в жилището, като букет във ваза, действуват бактерицидно във въздуха при епидемни заболявания (грип).

3. Бряст. Използува се кората от млади клонки. 10-15 г кора на 200 г вода се варят за компреси. Учителят препоръчва също така опиране на гърба върху ствола на дървото за хармонизиране на нервната система.

4.Тревист бъз. Използуват се както цветовете, плодът и корените. Чай от корените увеличава отделянето на урината. Мармалад от плода действува разслабително.

5. Върба (пурпурна). Чай от листата (10 г на 500 г вода) при диария. Прах от кората на върбата, като чай (60 г на 500 г вода), се пие при малария. Използува се също така тинктура от прах във вино (10-25 г прах във вино) при малария. Чай от върбата се препоръчва като гаргара при кървящи венци.

6. Глог. Отварата от цвета действа отводняващо при кръвно налягане (10 г сух цвят на 500 г вода). Плодът на глога като мармалад се препоръчва при диария. Тинктура от плода и листата се препоръчва при сърдечно болни (подсилва сърдечния мускул и успокоява нервите).

7. Глухарче. Цялото растение се използува под форма на чай, за пречистване на кръвта; като абсорбиращо вещество в стомашно-чревния канал.

8. Ливадна детелина (червеника). Сушената билка под формата на чай действа разслабително. Служи и за промивки и компреси при рани. Чаят също се използува при кашлица, колики, астма, нередовна менструация.

9. Дрян. Плодът е богат на витамин „С". Действува затягащо на чревния тракт. От плода се приготвят мармалади и освежителни питиета.

10. Дъб. Съдържа дъбилни вещества. Затова чай от дъб се пие при стомашно-чревни кръвоизливи, диария, температура, белодробен катар, силна менструация.

Отвара от дъбови кори: при компреси за рани, потни крака, рани, измръзнали крайници, хемороиди и др.

11. Живовляк. Чай от растението се използува при: пречистване на кръвта, диария, хемороиди, бронхити, кашлица, киселини в стомаха. Пресните листа се използуват за компреси на гнойни рани, циреи, ухапване от пчели и оси.

12. Здравец. Чай (15-20 г на 500 г вода) при бъбречни заболявания, камъни в мехура. Също така при температура, подагра, колики. Като компреси — при абсцес на млечната жлеза.

13. Къпина. Чай от листата на плода са добро средство при простуда (30 г на един литър вода), кашлица, диария, бронхити. Вино от къпина е добро средство при грип и бронхити. Чай от листата се използува като гаргара при възпаление на венците и сливиците.

14. Червен кантарион. Чай от билката се използува при стомашно-чревни заболявания (киселини, язва, лошо храносмилане, температура). Накиснете билката във вода за една нощ (15-30 г суха билка на един литър вода), действува при температурни състояния. Билката заедно с пелин и лайкучка и портокалови кори (за аромат) се пие при липса на апетит. Сместа се кисне 8 дни във вино.

15. Жълт кантарион. Чай от билката се използува при подагра, чернодробни и бъбречни заболявания, дискомфорт в стомаха (30 г на един литър вода). Пие се на глътки по 1-2 чаши на ден. Кантарионовото масло (250 г цвят се кисне в 500 г зехтин на слънце за 14 дни) се препоръчва при отоци, лумбаго, подагра, изкълчване и рани при изгаряне.

16. Кервиз. Не се препоръчва при болни със захарна болест и възпаление на бъбреците. Чай се използува при газове в червата, възпаление на пикочния мехур, ларингити, бронхити, астма и хора със слаби нерви.

17. Кимион. Чай (2-4 г на литър вода) при колити, за увеличаване млякото при кърмачки, лош апетит.

18. Копър. Също като кимиона. (2-7 г на 500 г вода)

19. Коприва. Чай от листата за прочистване на кръвта, подобрява функцията на белите дробове, при астма, за гаргара при гърлобол. Отвара от коприва се използува при обща слабост, косопад и струпеи като обтривки.

20. Киселец. Поради съдържанието на оксаловата киселина не се използува при заболявания на стомаха и гърдите. Като храна се препоръчва при скорбут и подобряване на апетита.

21. Кестен. Отвара от листата — при възпаление на дробовете, магарешка кашлица. Отварата от кората на дървото — при диария. Същото действие има отвара от черупките на плода.

22. Лайкучка. Чай от билката се използува при температурни състояния, общо успокояващо средство, против колики, ревматизъм, разстройство на червата. Прах от сухи листенца се смърка при хрема. Отвара от билки служи за промивка на очите, за измиване на гнойни рани, при болни венци като гаргара.

23. Лен. Чай от семето се използува за изчистване на храчките при бронхити, при отравяне, кашлица и др. Лененото масло се използува при рани от изгаряне, при абсцеси и рани.

24. Бяла липа. Цветът на дървото като чай — при простуда, бронхити, хрема,грип, нервоуспокояващо, коригира храносмилането.

25. Магданоз. Като подправка, подобрява апетита, действува диуретично, подобрява храносмилането, ободрява нервите. Отвара от листата (40-50 г на 500 г вода) се дава при астма, болки в стомаха, бронхити, воднянка. При възпаление на очите се прави компрес от магданозов сок.

26. Малина. Чай от малинови листа — при диария, колики, смутена менструация. Малиновият плод действа освежаващо, при детски заразни болести. При възрастни хора действа подсилващо. Отварата от листата се използува за промивка на очите, венците и гърлото.

27. Мечо грозде. Чай от млади клонки при заболяване на отделителната система, камъни и пясък в бъбреците и мехура (две супени лъжици от билката се варят в 750 г вода, докато остане 500 г вода)

28. Морков. Съдържа захари и витамин „А“, пречиства кръвта и при възпаление на злъчката. Каша от пресни моркови се употребява при диария у децата. Сок от пресни моркови — при рахит, анемия, засилва млекоотделянето у кърмачките, при туберкулоза, за компреси и др.

29. Лук. Помага храносмилането, подсилва обмяната на веществата, подобрява изгарянето на захарите в организма, действа добре при диабет (действа като инсулин). Подобрява сърдечната дейност. Действа при чревни глисти. Подобрява дишането (при задух), уравновесява йонния баланс в организма и засилва защитните сили. Затова е средство при: кашлица, язви, храносмилателния тракт (брадавици, мазоли, лошо храносмилане, хемороиди, ангина, бронхити, белодробни възпаления и др. Летливите вещества на лука действат бактерицидно даже и при туберкулозата, дифтерита и др. Лукът съдържа витамин „С“, калий, фосфор и азотни съединения. Съдържа хормона простагландин-а, открит единствено в човешките клетки. Предпазва от тромбози, левкемия и др.

При глисти у децата се вари в прясно мляко и се пие 2 литра на ден. Пресен лук като компреси се използува при гърлобол, болки в ставите, абсцеси, изкълчване на ставите, измръзнали крайници. При косопад се прави тинктура от лук (в алкохол), като се кисне до 4 дни. Прибавят се кори от дъб — варени в 500 г вода. С тази смес се мие косата.

30. Мента. Бере се, преди да цъфне. Чай от мента се употребява при колики, вяли черва, нервен стомах. Ментово масло се използува при главоболие, болки в корема, колики, гадене, болки в ушите. Пие се на капки върху бучка захар.

31. Мащерка. Листата и цветовете се използуват като чай при колики, главоболие, стомашни спазми, скрофулоза, магарешка кашлица. Компреси от мащерка — при натъртвания, изкълчване, абсцеси.

32. Овчарска торбичка. Използува се цялата билка като чай при: силно менструално течение, стомашни кръвоизливи, кръвохрак, болки в корема и стомаха, увеличен далак, пясък в бъбреците. Като компреси при наранявания и рани.

33. Пелин. Чай от листата и цвета при: безапетитие, подсилване на функцията на стомаха, пречиства кръвта, при диария и колики, при чернодробни заболявания, анемия, повръщане и температурни състояния (чай — 10-15 г билка на 250 г вода, пие се на лъжички).

34. Подбел. Като чай (5-10 г билка на 250 г вода) при бронхити, кашлица, пресипнал глас, обща слабост. Пресни листа се налагат върху абсцеси и рани.

35. Равнец (бял). Чай от цялото растение (на ден по една чаша) при чернодробни заболявания, бъбречни заболявания, бронхити, при слаба стомашна дейност и нервни състояния. Също така при подагра, хемороиди и температура (20 г билки на 500 г вода). Сок от прясното растение, като средство за подсилване на организма през пролетта. Отвара от растението се използува за освежаване на лицевата кожа, като се измива за по-дълго време.

36. Градинска роза. Чай (10 г листа на цвета на 500 г вода) при диария, белодробен катар, воднянка. С примес от оцет за гаргара при заболявания на устната кухина, болни венци на зъбите.

37. Риган. Като чай при нервна слабост. Сок от риган — за компреси на рани. Мехлем от риган при хремаво състояние.

38. Риган (див). Чай от билката при: белодробен катар, възпаление на черния дроб и половите органи, също така при епилепсия.

39. Синап. От семето се произвежда горчица, която подобрява храносмилането, освежава нервната система. Смляно семето и с примес от брашно се прави кашичка като лапа за засилване кръвообращението на кожата при ревматизъм, подагра, простуда на мускулите, бронхити и белодробно възпаление. В аптеката се продава като синапена хартия.

40. Тинтява (синя). Чай от билката — добро средство при стомашни заболявания, безапетитие, лошо храносмилане (5 г билки на 750 г вода)

41. Трънка. Цветовете на този бодлив храст се използуват като чай за подобряване на храносмилането, а листата на храста — за бъбречни заболявания и тези на пикочния мехур.

42. Хмел. Цветът се използува като чай за стомашно-чревни смущения, слабо храносмилане, запек, рахит, ревматизъм, подагра, глисти.

43. Хвойна. Плодът на храста се използува като чай при стомашно-чревни заболявания, повишава потоотделянето, действа диуретично, пречиства кръвта, и при заболявания на пикочния мехур. Сухият плод се дъвче при лош дъх в устата, при киселини в стомаха, профилактично при заразни заболявания (грип). Постоянното дъвчене на плода помага при подагра, ревматизъм, пясък в урината.

44. Чесън. Регулира обмяната на веществата, намалява мазнините, нормализира кръвното налягане, подобрява зрението. Няколко скилидки чесън убиват бацилите при туберкулозата, тифа и др.инфекциозни заболявания (грип). Стимулира защитната система на организма, намалява нивото на холестерина в кръвта и има противораков ефект.

Консумиран в малки количества, подобрява храносмилането, подобрява функциите на бъбреците, стабилизира нервната система, повишава апетита. Като отвара се използува при детски глисти. Пресен сок от чесън действа като синапена лапа.

45. Череша. Изсушени дръжки от черешите като чай се употребяват при анемия, кашлица, възпаление на дробовете. Зрелият плод съдържа микроелементите калий, фосфорна киселина и действува разслабително.

46. Шипка. Чай от плодовете на шипката се използува при пясък в бъбреците, възпаление на бъбреците и пикочния мехур. Чай от листата и цвета е добро средство при колики. Понеже съдържа много витамин „С“ от плодовете на растението се приготвя шипково вино.

47. Ягода. Чай от зелените листа се използува при подагра, камъни в бъбреците, злъчката, заболяване на черния дроб, при диария и колики. Лекува астма, възпаление на дробовете и бронхите, кашлица. Плодовете подобряват апетита, но при някои хора причиняват алергии.

6. Рецепти от билки, препоръчани от П.Дънов

Комбинацията от билки, които имат близко по въздействие значение, засилва въздействието им върху организма. Предлагаме рецепти от билки, които се намират предимно в България. Рецептите се дават както с български имена, така и с латинските имена на билките, за да могат да се изписват и от дрогериите или аптеките. Българското название е съобразено с българските наръчници по фитотерапия, количественото съотношение на билките — по международни наръчници. [266, 267, 268]

1. За подобряване обмяната на веществата

Листа от къпина (Rubi frutis)	30
Листа от малина (Rubi idaei)	30
Листа от цариградско грозде (Rubis nigr)	40
Като чай за закуска	

Мащерка (Herba Thymi vulg)	5
Маточина (Fol. Melissae)	20
Миризливо еньовче (Herb Asperuli odor)	25
Листа от ягода (Herb Fragar vesc)	50
Като чай за закуска	

Лайкучка (Flor Chamomill)	10
Липов цвят (Flor Tiliae)	15
Листа от маточина (Flor Melissae)	15
Листа от чер бъз (Flor Sambuci)	20
Мента (Fol. Menth. pip)	30
Като чай за закуска	

Листа от коприва (Herb Urticae)	20
Листа от чер бъз (Flor Sambuci)	20
Цвят от трънка (Flor Pruni spin)	20
Листа от бреза (Flor Betulae)	40
Като чай за закуска	

2. Чай с въздействие на белите дробове

Листа от къпина (Fol. Rubi fruti)	10
Цвят от трънка (Flor Proni spin)	10
Миризливо еньовче (Herb Asperul. od)	10
Листа от цариградско грозде (Fol. ribis nigr)	20
Мушанка (Herb Viol tricol)	20

Като чай за закуска

3. Чай за лениви черва

Резене (Fruct Foenic)	10
Мента (Fol. Menth Pip)	10
Детелина (Fol. Trill. Fibr)	10
Корен от глухарче (Rad Taraxaci)	5
Мушанка (Herb Viol Tric)	30
Кора от зърнастец (Cort Frangul)	30

Като чай сутрин и вечер

4. Чай при ревматични болки

Шушулки от боб (Cort Fruct Phaseoli)	30
Кори от върба (Cort Salicis)	30
Корени от тинтява (Rad Gentianae)	10
Плод от хвойна (Fuct Yunip)	2
Коприва (Herb Urticae)	10
Листа от бреза (Fol. Betulae)	30

Две супени лъжици на 750 г вода се вари, докато остане 500 г чай. Сутрин и вечер по една чаена чаша.

5. При диабет (захар в кръвта)

Листа от къпина (Fol. Rubi Frutc)	5
Очиболец (Herb Potentill)	7.5
Пача трева (Herb Polygon avic)	7.5
Листа мечо грозде (Fol. uvae ursi)	20
Листа от боровинка (Fol. Myrtilli)	40

Като чай 2-3 пъти на ден преди ядене по една чаша.

6. При артериосклероза

Бял имел (Visc alb)	25
Чесън (Bulb Allii sativ)	25
Полски хвощ (Herb Equiseti)	25
Листа от бреза (Fol. Betulae)	20

Една супена лъжица на 300 г вода се вари 30 м.. Сутрин и вечер по една чаена чаша.

7. При уратни и фосфатни камъни в бъбреците

Корени от Брош (Rad Rubiae tnct)	50

Една супена лъжица билка се кисне в 250 г вода 12 часа, след това се възварява и пие като чай сутрин.

8. При възпаление на пикочния мехур

Листа от мечо грозде (Fol. Uvae Ursi)	25
Голо изсипниче (Herb Herniar)	25
Листа от бреза (Fol. Betulae)	20
Плод от хвойна (Fruct Yunip)	10
Листа от цариградско грозде (Fol. Betulae)	20
Ленено семе (Sem Lini)	15
Корени от магданоз (Rad Petrosel)	15

Два пъти на ден по една чаша чай.

9. Камъни в бъбреците и мехура

Корени от коприва (Rad Urtic)	5
Листа от мента (Fol. Menth pip)	5
Цвят от тревист бъз (Flor Sambuci)	15
Цвят от лиħа (Flor Tiliae)	15
Плод от хвойна (Fruct Yunip)	15
Семе от магданоз (Sem Petrosel)	5
Овчарска торбичка (Herb Burs pastor)	10
Листа от мечо грозде (Fol. Uvae Ursi)	15

Като чай за закуска, по 1-2 чаши.

10. При диария

Исландски мъх (Lich islandic)	15
Цвят от липа (Flor Chamomill)	15
Кори от боровинки (Fric Myrtilli)	25
Листа от боровинки (Fol. Myrtilli)	25

Като чай 2-3 чаши на ден, но се пие на глътки.

12. При увеличена щитовидна жлеза (гуша)

Кори от дъб (Cortt Quercus)	15
Исландски мъх (Lich island)	15
Киселец (Herb. Rumic acet)	15
Листа от червена детелина (Fol. Trifol fibr)	10
Корени от бодлив гръмотрън (Rad Ononidis)	15
Поточарка (Fol. Nasturtii)	20

Като чай 1-2 чаши на ден са пие на глътки.

13. За изпотяване при простуда

Обикновена пришница (Flor Pruni spin)	5
Цвят от лечебен лопен (Flor Vesbasci)	5
Цвят от лайкучка (Flor Vesbasci)	5
Липов цвят (Flor Tiliae)	20
Цвят от тревист бъз(Flor Sambuci)	20
Кора на върба (Cortx Salicis)	30
Миризлива теменуга (Herb Viol Odor)	30
Мушанка (Herb Viol Tric)	30

Една супена лъжица билки в 250 г вода — като чай. През деня до 3 чаши чай.

14. За изхрачване при белодробно възпаление.

Листа от къпина (Fol. Rubi Frutis)	5
Мащерка (Herb Thymi)	5
Плод от резене (Fruct Foeniculi)	5
Листа от мента (Fol. Menth pip)	5
Корени от лечебна ружа (Rad Altheae)	10
Лечебна медуница (Herb Pulmonar)	10
Цвят от иглика (Flor Primu)	30
Великденче (Herb Veronic)	30

Една супена лъжица на 250 гвода — чай. На ден по 1-2 чаши.

11. При гастрит (възпаление на стомаха)

Червен кантарион (Herb Eryth centaur)	20
Листа от мента (Fol. Menth pip)	80
Пелин (Herb Absinthi)	30

Като чай половин час преди ядене.

15. При задух (астма)

Великденче (Herb Veronic)	5
Червен кантарион (Herb Centaur)	5
Плод от хвойна (Fruc Yunip)	5
Пелин (Herb Artem Vulg)	5
Листа от бръшлян (Fol. Heder heric)	10
Седефче (Herb Rutae garv)	10
Цвят от иглика (Flor Primul)	10
Корен от каменоломкова бедреница (Rad Pimpinell)	15
Жълт кантарион (Herb Hyperici)	15
Гъши очиболец (Herb Potent ans)	20

3-4 пъти на ден чай, смесен с мляко.

16. При сърцебиене (нервност)

Корени от дилянка — валериан (Rad Valerian)	20
Листа от маточина (Fol. Melissae)	20
Равнец (Herb Achill millef)	30
Жълт кантарион (Herb Hyperici)	30

Като чай, по една чаша на ден, на глътки.

17. Кръвно налягане

Цвят на глог (Flor Crataegi)	15
Плод от глог (Fruct Crataegi)	15
Хвощ (Herb Equiseti)	15
Равнец (Herb Millefolii)	20
Чесън (Rub Allii sativ)	15

Чай от една супена лъжица на 250 г вода — студена, и се кисне 2-3 часа, и тогава се възвира. По 2 чаши на ден.

18. Успокояващ нервите чай

Листа от червена детелина (Fol. Trifol fibr)	40
Листа от мента (Fol. Menth pip)	60
Корени от дилянка (валериан) (Rad Valerian)	30

Вечер по 1-2 чаши чай.

Количеството на билките в грамове е дадено като пример за съотношението на количеството между отделните билки.

При закупуването на количеството може да се удвои или утрои, но в същото съотношение във всяка рецепта.

ЛИТЕРАТУРА

1. П. Дънов, „Двата пътя", беседи на мл. о. клас, год. 1, 1922 г., том 1.
2. П. Дънов, „Противоречия в живота", беседи на мл. о. кл., г. 1, 1922 г., т. 2.
3. П. Дънов, „Допирни точки в природата", беседи на мл. о. кл., г.2, 1922, т. 2.
4. П. Дънов, „Добри навици", беседи на мл. о. клас, год. 2, 1922-1923 г., том 2.
5. П. Дънов, „Разумния живот",беседи на мл. о. клас, год. 3, 1923-1924 г.
6. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1923-24 г., год. 3, 3-10.
7. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1923-24 г., год. 3, 11-20.
8. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1923-24 г., год. 3, 21-25.
9. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1923-24 г., год. 3, 26-32.
10. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1924-25 г., год. 4, том 1, 1-3.
11. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1924-25 г., год. 4, том 1, 4-6.
12. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1924-25 г., год. 4, том 1, 7-9.
13. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1924-25 г., год. 4, том 2, 10-13.
14. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1924-25 г., год. 4, том 3, 15-17.
15. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1924-25 г., год. 4, том 3, 18-20.
16. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1924-25 г., год. 4, том 4, 24-27.
17. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1924-25 г., год. 4, том 5, 28-31.
18. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1925-26 г., год. 5, том 1, 1-3.
19. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1925-26 г., год. 5, том 2, 1-5.
20. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1925-26 г., год. 5, том 3, 1-14.
21. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1926-27 г., год. 6, том 1, 1-19.
22. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1926-27 г., год. 6, том 2, 1-18.
23. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1927-28 г., год. 7, том 1, 1-30.
24. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1928-29 г., год. 8, том 1, 1-28.
25. П. Дънов, „Лекции мл. о. клас", 1928 г., год. 8, 1-2.
26. П. Дънов, „Младежки събор" – 1925 г., том 7, 5-8.
27. П. Дънов, „Младежки събор" – 1927 г., том 8, 14-17.
28. П. Дънов, „Младежки събор" – 1929 г., том 7, 7-10.
29. П. Дънов, „Сила и живот", 1-ва серия – 1914 г., 2-ро издание – 1924 г.
30. П. Дънов, „Духът и плътта" /втора серия/, 1933 г., 3-то издание.
31. П. Дънов, „Все, що е писано" /неделни беседи – 1917 г./, издание 1942 г.
32. П. Дънов, „Мировата любов и космическата обич", 1919 г.
33. П. Дънов, „Новото човечество" /второ издание/, 1947 г.
34. П. Дънов, „Електричество и магнетизъм", 1920 г.
35. П. Дънов, „Беседи, обяснения и упътвания", 1924 г.
36. П. Дънов, „Наука и възпитание" – второ издание /първото 1896г./, 1949 г.
37. П. Дънов, „Сила и живот" – 3-та серия, 1919 г./издание 1929 г./
38. П. Дънов, „Сила и живот" – 4-та серия, 1921г./издание – 1922г./

39. П. Дънов, „Сила и живот" — 5-та серия, 1922г./издание — 1922г./
40. П. Дънов, „Право си отсъдил" — 8 мл.събор, 1930г., 12-15.7.
41. П. Дънов, „Отворени форми", мл. о. клас, год. 9, том 1, 1929-30 г.
42. П. Дънов, „Служене, почит и обич", мл. о. клас, год. 9, том 1, 1929-30 г.
43. П. Дънов, „Закони на доброто", мл. о. клас, год. 2, 1929-30г. /изд. — 1941 г./
44. П. Дънов, „Път към живота", мл. о. клас, год. 10, том 1, 1930-31г./изд.1941 г./
45. П. Дънов, „Методи на самовъзпитание", мл. о. клас, год. 10, том 2, 1930-31 г.
46. П. Дънов, „Живот и отношение", мл. о. клас, год. 11, том 1, 1931-32 г.
47. П. Дънов, „Фактори в природата", мл. о. клас, год. 11, том 1, 1931-32 г.
48. П. Дънов, „Великата разумност", мл. о. клас, год. 12, том 1, 1932-33 г.
49. П. Дънов, „Съразмерност в природата", мл. о. клас, год. 12, том 2, 1932 г.
50. П. Дънов, „Силите на природата", мл. о. клас, год. 23, 1943-44г.
51. П. Дънов, „Великите условия на живота", беседи — 1920 г., София — 1948 г.
52. П. Дънов, „Ще управлява всички народи", беседи — 1920 г., София — 1948 г.
53. П. Дънов, „Като дойде при мене", беседи — 1924-25 г., София — 1950 г.
54. П. Дънов, „Високият идеал", беседа — 1923 г., гр. Свищов.
55. П. Дънов, „Окултни лекции", общ. о. клас, год. 2, 1922-23 г.
56. П. Дънов, „Окултни лекции", общ. о. клас, год. 3, 1923-24 г., София.
57. П. Дънов, „Избавената душа", беседа на 2 май, 1926 г., Великден.
58. П. Дънов, „Път на мисълта", беседи — 1920-22 г., 1-6, София 1949 г.
59. П. Дънов, „Беседи, упътвания и обяснения", 1922 г., В.Търново 1949 г.
60. П. Дънов, „Трите живота", клас — год. 1, София — 1942 г.
61. П. Дънов, „Поучаваше ги", беседи 1923 г., София — 1949 г.
62. П. Дънов, „Живият Господ", беседи 1922 г., София — 1948г.
63. П. Дънов, „Абсолютната справедливост", Общ. о. кл. — г. 4, 1924-25 г., 1-36.
64. П. Дънов, „Окултни лекции", 1-ва школна год., 1922 г., София.
65. П. Дънов, „Виделина; Много ценен бисер; Да не се смущава сърцето ви", беседи 1925 г., гр.Пловдив.
66. П. Дънов, „Настанало е царството Божие", беседа гр. Русе, 1924 г.
67. П. Дънов, „Раздай всичко", беседа гр. Русе, 1924 г.
68. П. Дънов, „Наряд и упътвания", среща в гр. В.Търново, 1925 г.
69. П. Дънов, „Две свещени положения" съб.бес. 1925 г. В.Търново
70. П. Дънов, „Двата природни метода", 6-та серия, 1923-1924 г., 1-24.
71. П. Дънов, „Неделни беседи", 7-ма серия, 1924-1925 г., гр. Русе.
72. П. Дънов, „Свещеният огън", съборни беседи — 1926 г., гр. София.
73. П. Дънов, „Козативни сили", Обществен о. клас, год.-1925-26, том 1, София.
74. П. Дънов, „Светлина на мисълта", Общ о. клас, год.5, том 2, 1925-26 г.
75. П. Дънов, „Условия за разумния човек", Общ о. кл., г. 5, т. 3, 1930 г.
76. П. Дънов, „Прости истини", Общ о. клас, год.6, том 1, 1926-27г., София.
77. П. Дънов, „Неразрешеното", Общ о. клас, год.6, том 2, 1926-27 г.

78. П. Дънов, „Възможни постижения“, Общ о.клас, год.6, том 3, 1926 г.
79. П. Дънов, „Четирите кръга“, Общ о. клас, год.6, том 4, 1926-27 г.
80. П. Дънов, „Неделни беседи“, серия 8, 1926 г., 1- 33.
81. П. Дънов, „Великото и красивото“, Общ о. клас, год. 7, 1927 г.
82. П. Дънов, „Малки и големи придобивки“, Общ о. клас,год. 7, 1927 г.
83. П. Дънов, „Пътят на ученика“, съборни беседи 1927 г., София
84. П. Дънов, „Затова се родих“, 9-та серия, том 2, 1930 г., София.
85. П. Дънов, „Влизане“, 9-та серия, том 2,1930 г., София.
86. П. Дънов, „Праведният“, 9-та серия, том 3, 1931 г., София.
87. П. Дънов, „Вехтото премина“, девета серия, том 4, 1931 г., София.
88. П. Дънов, „Мнозина казваха“, девета серия, том 1, 1933 г., София.
89. П. Дънов, „Ни мъж, ни жена“, девета серия, том 2, 1933 г., София.
90. П. Дънов, „Синове на възкресението“, девета серия, том 3, 1934 г.
91. П. Дънов, „Ключът на живота“, Общ о. клас, год. 8, том 1, 1928-29 г.
92. П. Дънов, „Смени в природата“, Общ о. клас, год. 8, том 2, 1928-29 г.
93. П. Дънов, „Форми в природата“, Общ о. клас, год. 8, том 3, 1928 г.
94. П. Дънов, „Определени движения“, Общ о. клас, год. 8, том 4, 1928 г.
95. П. Дънов, „Петимата братя“, Съборни беседи, 1923-24 г., София 1949 г.
96. П. Дънов, „За съдба дойдох“, беседи, 11-та серия, 1929 г., София.
97. П. Дънов, „Успоредни пътища“, „Проявленията на ума“, беседи, 1928 г.
98. П. Дънов, „Разумно разбиране“, беседи, 1934 г., София.
99. П. Дънов, „Изгревите на слънцето“, беседи, 1928 г., София.
100. П. Дънов, „Майката на времето“, беседа, 1932 г., София.
101. П. Дънов, „Жал ми е за народа“, беседа, 1932 г., София.
102. П. Дънов, „Великото в живота“, беседа, 1934 г., София.
103. П. Дънов, „Положителни и отрицателни черти на човека“, Спец. о. клас, 1928-29 г., год. VIII, София 1928 г.
104. П. Дънов, „Естественият ред на нещата“, Общ о. кл., г.9, т. I, 1929-30
105. П. Дънов, „Степени на съзнанието“, Общ о. кл., г. 9, 1929-30, т. 2, 1930 г.
106. П. Дънов, „Доброто оръжие“, Общ о. кл., год. 9, 1929-30, том 2, 1930 г.
107. П. Дънов, „Божият глас“, Общ о. клас, год. 10, 1930-31, том 1, София 1940 г.
108. П. Дънов, „Просветено съзнанието“, Общ о. клас, год. 10, 1930-31, том 2.
109. П. Дънов, „Реалности и сенки“, Общ о. клас, год. 10, 1930-31, том 2.
110. П. Дънов, „Големият брат“, беседи, 1938-39 г., София.
111. П. Дънов, „Новият ден“, беседи, 1940 г., София.
112. П. Дънов, „Условия за растене“, беседи, 1930 г., София 1949г.
113. П. Дънов, „Линиите на природата“, беседи, 1929 г., София.
114. П. Дънов, „Абсолютна чистота“, беседи, 1929 г., 5-то рилско езеро.
115. П. Дънов, „По Бога направени“, беседи, 1929 г., София.
116. П. Дънов, „Крадецът и пастирът“, беседи, 1929 г.,том 1, София.

192. П. Дънов, „Поздрав за новата година", 1914 г.
193. П. Дънов /Емануил/, „Любовта", стихове в сп. „Виделина", кн. 4-5, 1903 г., Сливен.
194. П. Дънов, „Заветът на цветните лъчи на светлината", 1912 г., София.
195. П. Дънов, „Беседи, обяснения и упътвания", 1919 г., В.Търново.
196. Д-р Ил. Стратев, „Природните сили и организма", сп. „Житно зърно", кн. 1-2, 1944 г., София.
197. Д-р Ил. Стратев, „Постите и гладът като лечебни методи", сп. „Житно зърно", бр. 8, 1941 г.
198. Д-р Ил. Стратев, „Физиология на постенето", сп. „Житно зърно", бр. 9, 1941 г.
199. Д-р Ил. Стратев, „Условия и методи на постенето" сп. „Житно зърно", бр. 5, 1942 г., София.
200. Д-р Ил. Стратев, „Това, що можем и не можем", сп. „Житно зърно", бр. 5, 1942 г., София.
201. Д-р Ил. Стратев, „Подпушването и болестите", сп. „Житно зърно", бр. 10, 1943 г., София.
202. Д-р Ил. Стратев, „Вяра и живот", сп. „Житно зърно", бр. 3, 1943 г.
203. Д-р Ил. Стратев, „Да се учите", сп. „Житно зърно", бр. 9, 1942 г.
204. Д-р Ил. Стратев, „От клетката към организма", сп. „Житно зърно", бр. 6, 1941 г., София.
205. Д-р Ил. Стратев, „От електрона до клетката" сп. „Житно зърно", бр. 4, 1941 г., София.
206. Д-р Ил. Стратев, „Единството в природата" сп. „Житно зърно", бр. 3, 1941 г.
207. Д-р Ил. Стратев, „Философия на живота" /ръкопис/ по П.Дънов, 1984 г.
208. Хр. Я. Христов, „Проблеми на съвременната физика", том 1, 1979 г., София.
209. Л. Цветков, „Произход и еволюция на биосферата", изд. „Наука и изкуство", София, 1981 г.
210. Ангел Томов, „Религиозно-философския мироглед на П. Дънов", сп. „Философски преглед", кн. 1, 1931 г.
211. Проф. Хр. Мермерски, „Храните като лекарство", БТА, сп. „Наука и техника", бр.49 и 50, 1988 г., София.
212. Сп."Химия и жизнь", Москва, 1980 г., „Тахионите", сп. „Наука и техника" на БТА.
213. Рабиндранат Тагор, „Моето учение", сп. „Право", 1923 г., София.
214. "1980 г.- година на слънцето", БТА сп. „Наука и техника", бр.1, 1980 г.
215. Сп.„Економист", Лондон, „Защо остаряват хората", сп. „Наука и техника" на БТА, бр. 9, 1981 г., София.
216. А. Сухотин, „Парадокси в науката", София, 1980 г., Народна младеж.
217. Айзък Азимов, „Космическият цикъл", сп. „Сайънс Дайджест", Ню Йорк, сп. „Наука и техника" на БТА, бр. 15, 1981 г., София.
218. Линда Гармън, „Какво е било в началото" от сп."Сайънс нюз", сп."Наука и техника" на БТА, бр. 22, 1981 г.
219. Раула Бийл, „Живата вода", от сп. „Сайънсиз", Ню Йорк, в сп. „Наука и техника" на БТА, бр. 21, 1981 г., София
220. Джон Скот, „При изворите на земния живот", от сп. „Ню Сайънтис", Лондон, в сп. "Наука и техника", бр. 1, 1981 г., София.

221. А. Бонев, „Митове и легенди за съзвездията“, изд. „Наука и изкуство“, София, 1976 г.

222. А. Спиркин, „Опознаване на психалнофизическата реалност“,АПН-Москва и сп. „Наука и техника“, бр.51 от 1981 г.

223 Л. Латишев, „Според единните закони на хармонията“, в сп."Техника молодежи“, Москва и сп. „Наука и техника“, бр. 51, 1979 г.

224. Сп. „Космос“, Щутгард, „Фитонцидите – антибиотици на растенията“, сп."Наука и техника“ на БТА, бр. 51, 197 9г., София.

225. Карл Сеган, „Хронология на нашия свят“, сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 48, 1980 г., София.

226. Сп. „Социалистическа индустрия“, Москва, и сп. „Наука и техника“ на БТА, „Водата – какво става с нея“, бр. 46, 1981 г., София.

227. Патрик Йънг, „Животът в долините на Антарктида“, сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 9, 1982 г., София.

228. Нана Алтер, „Звездите канят слънцето на танц“, сп. „Сайънс е ви“, Париж, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 50, 1983 г., София.

229. Л. А. Блюменфелд, „Проблеми на биологическата физика“, изд. Наука и изкуство, София, 1981 г.

230. В. Л. Робинович, „Алхимията като феномен на средновековната култура“, изд. Наука и изкуство, София, 1984 г.

231. Ваниел, „Съвременният обществен морал и Дънов“, Кооппечат Едисон, София, 1922 г.

232. М. Казанова, „Бележки и протоколи“, от събора на „Веригата“, 1906-1908 г., Варна.

233. П. Гумнеров, „Бележки и протоколи“, от събора на „Веригата“, 1909-1915 г., гр.В.Търново.

234. З. Заболотина, „Лукът като лекарство“, Москва, сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 39, 1988 г., София.

235. А. Чоланин, „Лесно ли се лекуват белите дробове“, сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 39, 1988 г., София.

236. А. Петухов, „Оживялата селена“, сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 36, 1988 г., София.

237. Патриша Лонг, „Смейте се за здраве“, сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 37, 1988 г., София.

238. Джери Адлър, „В търсене на голямата единна теория за вселената“, сп. „Нюзуик“, Ню Йорк“ и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 44, 1988 г., София.

239. Проф. Ерик Клингър, „Силата на мечтите“, в сп."Сайколоджи тудей“, Вашингтон, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 11, 1988 г., София.

240. Нико Баленс, „Човекът и дисплеят“, сп. „Алгемайнен даргблат“, Ротердам, и сп."Наука и техника“ на БТА, бр. 44, 1988 г., София.

241. Б.Смик, Иг.Галвас, „Диетичната и терапевтичната роля на бактериите на млечната ферментация“, сп. „Д.Аура“, гр. Краков, 1988 г., и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 45, 1988 г., София.

242. Джеси Гот и Дерек Лероит, „Химически разговор между клетките“, сп. „Сайънсиз“, Ню Йорк, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 49, 1988 г., София.

243. Сп. „Сайънз Нюз“, Вашингтон, „Протеини на плешивостта“, сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 49, 1988 г., София.

244. В. Хербст, „Сладката атака срещу зъбите“, сп. „Космос“, Щутгард, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 48, 1988 г., София.

245. М. Перес, „Парадонтологията“, от сп. „Фигаро“, Париж, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 48, 1988 г.,

246. А. Богораз и И. Голдин, „Пътешествие по ушната мида“, в. „Правда“, Москва, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 50, 1988 г., София.

247. Л. Уосаулиц, „От какво зависи кръвното налягане“, ЮПИ, гр. Сан Франциско, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 50, 1988., София.

248. В. Боголюбов, „Вдишвайки здраве“, сп."Природа и человек“, Москва, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 50, 1988 г., София.

249. Йохенс Малмс, „Животните и студът“, сп. П.М.Магазин, Хамбург, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 52, 1988 г., София.

250. Дейвид Гелман и Мери Хъгър, „Тяло и душа“, сп. „Нюзуик“, Ню Йорк, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 1, 1989 г., София.

251. Проф. Пол Дейвис,"Борбата на разума с теорията на относителността“, сп.П.М.Магазин, Хамбург, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 51, 1988 г., София.

252. Проф. Б. И. Искаков, „Уравненията на мирозданието“, сп. „Природа и человек“, Москва, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 6, 1989 г., София.

253. Жаклин Гаво, „Календарите на животните“, сп. „Сианс е ви“, Париж, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 36, 1988 г., София.

254. Жан Ивно, Франк Нуши, „Паметта на материята“, в. „Монд“, Париж, и сп. „Наука и техника“ на БТА, бр. 36, 1988 г., София.

255. Килиян, „Скажи мне как ты светишся“, сп. Техника молодежи, бр. 12, Москва, 1985 г.

256. Еренвал, сп. Хипократес, бр.13, 1937 г., Щутгард.

257. Told-Hochstetter, „Anatomischer Atlas“ Band III, Urban-Schwarzenberg, 1940.

258. Джуна Давиташвили, „Уроци по безконтактен масаж“, сп."Природа и человек“, Москва, и сп. „Наука и техника“, бр. 10, 1989 г., гр. София.

259. Джуна Давиташвили, „Силата на моите ръце“, сп."Дружба“, бр. 1, 1989 г.

260. П. Келлер, сп. Хипократес, бр.45, 1938 г., Щутгард.

261. Д. С. Паларес и Д. Фериари, „В защита на сърцето“, сп. „Наука и техника“ на БТА, бр.36, 1988 г., София.

262. Сп. Дер щпигел, „Гладуването – средство за отслабване“, сп."Наука и техника“ на БТА, бр. 33, 1988 г., София.

263. Сп. Хипократес, бр.48, 1937 г., Щутгард.

264. Мариане Йорти, „Какво извиква пролетта в тялото и душата“, сп."Магазин“, Хамбург, и сп. „Наука и техника“, бр. 17, 1989 г.

265. Марк Жирар, „Нежеланите странични действия на лекарствата“, сп. „Наука и техника“, бр.37, 1988 г., София.

266. В. Китанов, „Разпознаване и събиране на билки“, Земиздат, 1987г.

267. Flamm-Krober-Seel, „Rezeptbuch der Pflanzenheilkunde“, Hippokratesverlag-Suttgart, 1939.

268. A. Dinand, „Taschenbuch der Heilpflanzen“, Munchen, Schreiber, 1938.

269. Н. А. Агаджанян, „Човекът и планета земя“, София, 1986 г.

270. Л. А. Сенека, „Избрани диалози“, София, 1987 г.

271. А. П. Дубров, „Пагубното място“, сп. „Природа и человек“, Москва, сп. „Наука и техника“, бр. 24, 1989 г., София

272. М. Капустин, „Преселването на душата“, сп."Ехо планеты“, Москва, сп. „Наука и техника“, бр. 24, 1989 г., София

273. Тасс, Ню Йорк, „Пазете се от жегата“, сп. „Наука и техника“, бр. 24, 1989 г., 1989 г., София.

274. D-r K. Friederichs „Okologie als Wissenschaft von der Natur“, Leispzig, 1937, Barth.

275. W. J. Grigoriev u. G. J. Mjakischev, „Die Krafte der Natur“, Urania, Leipzig, 1978.

276. D-r P. Karlson, „Du und die Natur“, Berlin, 1933.

277. Hermann Weyl, „Philosophie der Mathematik und Naturwissenschaft“ 4 Auflage, 1976, Oldenburg-Wien.

278. A. Einstein, „Uber die srezielle und die allgemeine Relativitatstheorie“, Berlin, 1977, Akademie Verlag.

279. G. Lakowski, „Das Geheimnis des Lebens“, Munshen, 1931.

280. D-r De Rudder, „Wetter und Jahreszeiten, als Kranuheitsfaktoren“, 1931, Springer Verlag, Berlin.

281. Emanuel Swedenborg, „Der Vorhher zwischen der Seele und Leib“, Ranatus Verlag, Lorch /Wurtenberg/ Deutschland.

282. H. Gebhard, „Pharmakologie-Toxikologie“, Munhen 1940, Steinike V.

283. D-r med.G.Beissette, „Leben und Lehre des Nippkrates“, Hoppokratesverlang, Stuttgart, 1937.

284. Роман Подолни, „Нещото, наречено нищо“, изд. „Техника“, София, 1988 г.

285. Стивън Хол, „Мост между емоции, съзнание и здраве“, сп. „Наука и техника“, бр. 49, 1989 г.

286. В. И. Сафонов, „Тайните на мисълта“, сп. „Природа и чело-век“, Москва, сп. „Наука и техника“, бр. 51, 1989 г., София.

СЪДЪРЖАНИЕ

Увод . 7
Духовната същност на човека 9
Произход на човека 9
Дух, душа и тяло 16
Ум-сърце-воля-мисъл и вяра 29
Познай себе си 40
Наука и знание за здравето 53
Към съвършенство 75
Физическата същност на човека 91
Тялото като цяло и същност 92
Тялото като отражение и на макрокосмоса 100
Тялото като плод на духовната
същност на човека 111
Функциите на тялото и душевното състояние . . . 123
Движение-обмяна-биотокове в тялото 135
Значение на органите и системите на тялото . . . 150
Нервната система 150
Дихателната система и здравето 160
Кръвообращение и храносмилане 165
Главата и лицето на човека 174
Челото на човека 188
Веждите . 190
Очите на човека 192
Носът на човека 202
Устата на човека 207
Брадата на човека 212
Ушите на човека 214
Косата на човека 217
Ръцете на човека 221
Краката на човека 232
Кожата на човека 233
Лечебни методи - общи принципи 235
Психическата уравновесеност и здравето 236
Вярата и здравето 241
Мисълта и волята при здравето 242

Физическото движение и здравето 245
Дишането и здравето 248
Храненето и здравето 250
Хранителните елементи в храната и здравето . . 256
Диетично хранене 260
Водата и здравето 266
Сънят и здравето 270
Физиотерапевтични лечебни методи 273
Светлината и здравето 280
Музиката и здравето 284
Хигиената и здравето 286
Облеклото и здравето 288
Лекарят и здравето 289
Лекарят 289
Лекарствата 292
Физически и духовни упражнения 294
Упражнения за физическо укрепване 296
Упражнения за духовно укрепване 299
Упражнения за закаляване на волята и мисълта 301
Лечебни билки, препоръчани от П.Дънов 303
Рецепти от билки, препоръчани от П.Дънов . . . 312
Литература 318
Съдържание 327

ФИЛОСОФИЯ НА ЗДРАВЕТО
д-р Илиян Стратев

ISBN 954-8091-21-6
Първо издание
Издателство "Бяло Братство"
Коректор: Вера Иванова
Печат: ДФ "Балканпринт"
Формат: 16/60x84, печатни коли 20.5

Цена: 68 лв.

